

ESPACIO DE IGUALDAD LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 2024

red de
espacios de
igualdad



Recurso público municipal especializado en la promoción de la igualdad y la prevención de la violencia machista.

Se ofrecen servicios gratuitos de intervención individual a las mujeres y actividades grupales abiertas a la población que abordan de manera transversal la violencia machista.

Espacio accesible para personas con movilidad reducida. Si tienes otro tipo de discapacidad ponte en contacto con nuestro centro.

CITA PREVIA E INSCRIPCIÓN

Teléfono: 91 480 16 56

Correo electrónico: luciassaornil1@madrid.es

Presencialmente: Plaza Eurípides 1 (posterior). Metro Canillejas

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes de 10 a 14 y de 16:00 a 20:00 horas. Festivos cierra el centro.

SERVICIOS DE ATENCIÓN INDIVIDUAL

Dirigidos a mujeres

Ofrecemos apoyo y asesoramiento gratuito, mediante cita previa, en las siguientes áreas:

Psicológica: para favorecer el bienestar y la autonomía personal, la reducción del estrés y la ansiedad ante situaciones de discriminación o violencia por razones de género.

Jurídica: en materia civil, laboral, de extranjería y especialmente en todo lo relacionado con la violencia machista.

Desarrollo Profesional: se fomenta la empleabilidad de las mujeres a través de la mejora de sus capacidades, sus competencias y habilidades sociolaborales.

ADEMÁS TENEMOS:

- Aula de tablets
Disponibilidad de aula abierta de tablets.
Lunes de 11:30-13:00h.
- **Forma-TE: Curso dirigido a profesionales online.** Malestares de género: salud mental y física de las mujeres.
Inicio: 17 de octubre.
Fin de curso: 15 de noviembre.
Duración: 20 horas.
- **FORMA-TE. Curso dirigido a profesionales online.** Violencia de Género: Generando un lenguaje común- IV edición.
Inicio: 22 de noviembre.
Fin de curso: 19 de diciembre.
Duración: 20 horas.
- Exposición: 25N y las hermanas Mirabal.
Exposición: Revelando lo invisible.
- Muestra fotográfica del taller de fotografía por el 25N
- Exposición: Ni una más, ni una menos.



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

<https://madrid.es/go/espaciodeigualdadluciassaornil>



SEMANA DEL 4 AL 8 DE NOVIEMBRE

red de
espacios de
igualdad



LUCÍA SÁNCHEZ SAORNÍ

LUNES 4 MAÑANA

Informática nivel inicial. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal



TARDE

Informática nivel medio. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Cuerpo y movimiento. (M)
18:15 - 19:45h
Semanal



MARTES 5 MAÑANA

Nos vamos de paseo. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal

Ganchilleras. (M)
12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Arteterapia para nuestro bienestar. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Corazones sororos. (M)
18:30 - 20:00h
Quincenal

MIÉRCOLES 6 MAÑANA

Cultivando nuestra autoestima y relajación. (M)
10:00 - 11:30h
Semanal

Conociendo testimonios de familiares víctimas de violencia machista. Especial 25N. (M)

10:30 - 12:00h
Inglés para nuestro día a día. (M)

12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Practicando nuestra agilidad mental. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Teatreras: iniciación a la interpretación. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

¿Y yo para cuándo? Empoderamiento femenino. (M)

18:15 - 19:45h
Semanal

Pilates para fortalecer nuestro cuerpo. (M)
18:30 - 20:00h

JUEVES 7 MAÑANA

Arte-sanas: construye tus propias manualidades con alambre. (M)
10:00 - 11:30h
Quincenal

Nuestros lugares en el barrio. (M)

10:30 - 12:00h
Semanal

Los malestares de Lucía, los malestares de todas. (M)

12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Mujeres que aman las letras. (M)

17:00 - 18:30h
Semanal

Ganchillo en autonomía. (M)
17:00 - 18:30h
Semanal

El arte de (de)construirme: mi bienestar emocional. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal

La Coral de Lucía. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal

VIERNES 8 MAÑANA

Leemos autoras. (M)
10:00 - 11:30h
Semanal



TARDE

Collage por el 25N. (TP)
17:00 - 19:30h



((M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

<https://madrid.es/go/espaciodeigualdadluciasaornil>



SEMANA DEL 11 AL 15 DE NOVIEMBRE

red de
espacios de
igualdad



LUCÍA SÁNCHEZ SAORNÍ

LUNES 11 MAÑANA

Informática nivel inicial. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal

Pilates para mujeres mayores. (M)
11:00 - 12:30h
Semanal

TARDE

Informática nivel medio. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Trabajando en nuestro amor propio y momento presente. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Cuerpo y movimiento. (M)
18:15 - 19:45h
Semanal

MARTES 12 MAÑANA

Nos vamos de paseo. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal

Ganchilleras. (M)
12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Arteterapia para nuestro bienestar. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

25N: ¿Quién soy ahora? Las secuelas de la violencia. (M)
16:30 - 18:00h

Grupo de mujeres jóvenes: Valientes y resilientes. (M)
18:30 - 20:00h
Quincenal

MIÉRCOLES 13 MAÑANA

Cultivando nuestra autoestima y relajación. (M)
10:00 - 11:30h
Semanal

¿Qué reivindicaciones tienen lugar en el 25N?. (M)
10:30 - 12:00h

Inglés para nuestro día a día. (M)
12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Practicando nuestra agilidad mental. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Teatreras: iniciación a la interpretación. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

¿Y yo para cuándo? Empoderamiento femenino. (M)
18:15 - 19:45h
Semanal

Proyecto Latido mariposas: especial 25N. (M)
18:30 - 20:00h

JUEVES 14 MAÑANA

Nuestros lugares en el barrio. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal

Los malestares de Lucía, los malestares de todas. (M)
12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Mujeres que aman las letras. (M)
17:00 - 18:30h
Semanal

Ganchillo en autonomía. (M)
17:00 - 18:30h
Semanal

El arte de (de)construirme: mi bienestar emocional. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal

La Coral de Lucía. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal

VIERNES 15 MAÑANA

Leemos autoras. (M)
10:00 - 11:30h
Semanal

Visita a la exposición Arte Moderno de México. Colección Blaisten. (TP)
10:00 - 13:30h

TARDE



((M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad

<https://madrid.es/go/espaciodeigualdadluciasaornil>



SEMANA DEL 18 AL 22 DE NOVIEMBRE

red de
espacios de
igualdad



LUCÍA SÁNCHEZ SAORNÍ

LUNES 18 MAÑANA

Informática nivel inicial. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal

Pilates para mujeres mayores. (M)
11:00 - 12:30h
Semanal

TARDE

Informática nivel medio. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Trabajando en nuestro amor propio y momento presente. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

MARTES 19 MAÑANA

Nos vamos de paseo. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal

Ganchilleras. (M)
12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Arteterapia para nuestro bienestar. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Corazones sororos. (M)
18:30 - 20:00h
Quincenal

MIÉRCOLES 20 MAÑANA

Cultivando nuestra autoestima y relajación. (M)
10:00 - 11:30h
Semanal

Conoce y evita los riesgos en las redes sociales. (M)
10:00 - 12:30h

TARDE

Practicando nuestra agilidad mental. (M)
16:30 - 18:00h
Semanal

Actividad interespacial 25N: autodefensa feminista en Nave de Ternerías (Matadero), (M)
17:00 - 19:30h

Proyecto Latido mariposas: especial 25N. (M)
18:30 - 20:00h

JUEVES 21 MAÑANA

Arte-sanas: construye tus propias manualidades con alambre. Especial 25N (M)
10:00 - 11:30h
Quincenal

Nuestros lugares en el barrio. (M)
10:30 - 12:00h
Semanal
Los malestares de Lucía, los malestares de todas. (M)
12:00 - 13:30h
Semanal
TARDE
Ganchillo en autonomía. (M)
17:00 - 18:30h
Semanal

Mujeres que aman las letras. (M)
17:00 - 18:30h
Semanal
El arte de (de)construirme: mi bienestar emocional. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal
La Coral de Lucía. (M)
18:30 - 20:00h
Semanal

VIERNES 22 MAÑANA

Conoce y evita los riesgos en las redes sociales. (M)
10:00 - 12:30h



TARDE

Cinefórum: No estás sola Sara. (TP)
17:00 - 19:30h



((M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
<https://madrid.es/go/espaciodeigualdadluciassaornil>



SEMANA DEL 25 AL 29 DE NOVIEMBRE

red de
espacios de
igualdad



LUCÍA SÁNCHEZ SAORNÍ

LUNES 25

MAÑANA

25N: Acto conmemorativo. (TP)

10:00 - 11:30h

Zumba por el 25N. (M)

11:00 - 12:30h



TARDE

Informática nivel medio. (M)

16:30 - 18:00h
Semanal

Trabajando en nuestro amor propio y momento presente. (M)

16:30 - 18:00h
Semanal

Cuerpo y movimiento. (M)

18:15 - 19:45h
Semanal

MARTES 26

MAÑANA

Paseamos juntas por el 25N. (M)

10:30 - 12:00h

Ganchillo por el 25N. (M)

12:00 - 13:30h

TARDE

Arteterapia para nuestro bienestar. (M)

16:30 - 18:00h
Semanal

25N: Píldora de amor propio. Soy el amor de mi vida. (M)

16:30 - 18:00h

Grupo de mujeres jóvenes: Valientes y resilientes. (M)

18:30 - 20:00h
Quincenal

MIÉRCOLES 27

MAÑANA

Cultivando nuestra autoestima y relajación. (M)

10:00 - 11:30h
Semanal

¿Cómo puedo apoyar y acompañar a una mujer que está sufriendo violencia machista?. (M)

10:30 - 12:00h

Inglés para nuestro día a día. (M)

12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE



JUEVES 28

MAÑANA

Nuestros lugares en el barrio. (M)

10:30 - 12:00h
Semanal

Los malestares de Lucía, los malestares de todas. (M)

12:00 - 13:30h
Semanal

TARDE

Ganchillo en autonomía. (M)

17:00 - 18:30h
Semanal

Mujeres que aman las letras. (M)

17:00 - 18:30h
Semanal

El arte de (de)construirme: mi bienestar emocional. (M)

18:30 - 20:00h
Semanal

La Coral de Lucía. (M)

18:30 - 20:00h
Semanal

VIERNES 29

MAÑANA

Leemos autoras especial 25N. (M)

10:00 - 11:30h

Danza oriental. (M)

12:00 - 13:30h

TARDE

Voces de mujeres: ¿Qué sabemos sobre violencia vicaria? Especial 25N. (TP)

17:00 - 19:30h



((M) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MUJERES (TP) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A TODA LA POBLACIÓN | (H) ACTIVIDADES DIRIGIDAS A HOMBRES



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Dirección General de Igualdad
y contra la Violencia de Género

madrid.es/espaciosdeigualdad
<https://madrid.es/go/espaciodeigualdadluciassaornil>

