

ESPACIO DE IGUALDAD LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

PROGRAMACIÓN DICIEMBRE 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. Días 24 y 31 de diciembre el Espacio permanecerá cerrado

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. Violencia de Género: Generando un lenguaje común- IV edición.
Inicio: 22 de noviembre.
Fin de curso: 19 de diciembre.
Duración: 20 horas.

Exposición: Exposición: Juguetes de Navidad.

Exposición 18D: Día de las personas Migrantes



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 2 AL 6 DE DICIEMBRE

red de
espacios de
igualdad



LUNES 2 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 3 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 4 MAÑANA

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

Voces de Mujeres: mujeres en la prehistoria. (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 5 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

Presentación de la exposición: Juguetes de Navidad. (TP)
17:00 a 18:30h

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 6

FESTIVO



((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 9 AL 13 DE DICIEMBRE

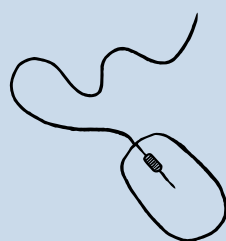
red de
espacios de
igualdad



LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

LUNES 9
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 10
MAÑANA

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

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

TARDE

**Autocuidado a través
de tu piel (M)**
16:30 a 18:00h



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

MIÉRCOLES 11
MAÑANA

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

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

TARDE

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



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

JUEVES 12
MAÑANA

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

**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 13



TARDE

**Cinefórum sobre
pintoras: Charlotte
Salomon. (TP)**
17:00 a 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 16 AL 20 DE DICIEMBRE

red de
espacios de
igualdad



LUNES 16
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

Charla de derecho civil en materia de familia y vivienda. (TP)

17:00 - 19:00h

Cuerpo y movimiento. (M)

18:15 - 19:45h
Semanal

MARTES 17
MAÑANA

Nos vamos de paseo. (M)

10:30 - 12:00h
Semanal



TARDE

Autocuidado a través de tu piel (M)

16:30 a 18:00h

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

18:30 - 20:00h
Quincenal

Encuentro intergeneracional: Sororas y resilientes (M)

18:30 - 20:00h

MIÉRCOLES 18
MAÑANA

Cultivando nuestra autoestima y relajación. (M)

10:00 - 11:30h
Semanal

Aprendiendo a identificar mi diálogo interior. (M)

12:00 - 13:30h

Creamos nuestras propias decoraciones navideñas a través del reciclaje. (M)

12:00 - 13:30h

TARDE



Fiesta navideña. Despedimos el año juntas. (TP)

17:00 - 18:30h

JUEVES 19
MAÑANA

Taller: primeros pasos búsqueda empleo para mujeres migrantes (M)

10:00 - 11:30h

Nuestros lugares en el barrio. (M)

10:30 - 12:00h
Semanal

Presentación de la exposición 18D: Día de las personas Migrantes (TP)

11:30 - 13:00h

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 20
MAÑANA

Chocolatada en compañía. (TP)

10:00 - 13:30h



TARDE



Autoestima corporal: Aprender a quererme y respetarme (M)

18:00 - 19:30h
Semanal

((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 23 AL 27 DE DICIEMBRE

red de
espacios de
igualdad



LUNES 23
MAÑANA

**Mis propósitos de año nuevo:
taller creativo y de reflexión
(M)**

10:30 a 12:00h

TARDE

Pictionary Navideño (TP)
16:30 - 18:00h

**Mi rutina de estiramientos
(M)**
18:30 a 20:00h

MARTES 24



CERRADO

MIÉRCOLES 25

FESTIVO



JUEVES 26
MAÑANA

**Nuestros lugares en el
barrio. (M)**

10:30 - 12:00h
Semanal

**Arte-sanas: Especial
Navidad, construye
adornos navideños (M)**

10:00 a 11:30h

**Mi kit de autocuidado
navideño (M)**

12:00 - 13:30h

TARDE

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

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

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

VIERNES 27
MAÑANA

Danza oriental. (M)
12:00 - 13:30h

TARDE

**Cineforum: No estás
sola, la lucha contra la
manada (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 30 AL 31 DE DICIEMBRE

red de
espacios de
igualdad



LUNES 30

MAÑANA

Cinefórum sobre Historia del feminismo: Herederas.(TP)

11:00 a 12:30h

TARDE

Zumba: Cerrando el año en movimiento. (M)

16:30 a 18:00h



MARTES 31



CERRADO



((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>

