

ESPACIO DE IGUALDAD LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

PROGRAMACIÓN ABRIL 2025

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 10:00 a 14:00 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:



Exposición conmemorativa por el 26 de abril: "Mujeres lesbianas por el Día de la Visibilidad Lésbica".



Exposición: "Violencia 3.0"



Exposición "Tejiendo redes juntas"



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 1 AL 4 DE ABRIL 2025

red de
espacios de
igualdad



MARTES 1

MAÑANA

Caminamos juntas. (M)

10:30h - 12:00h
Semanal

El arte del ganchillo. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Mandalas y mindfulness. (M)

16:30h - 18:00h

Equilibrio interior: descifra tu ansiedad. (M)

18:30h - 20:00h
Semanal

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

18:30h - 20:00h
Quincenal

MIÉRCOLES 2

MAÑANA

Autocuidado y relajación. (M)

10:00h - 11:30h
Semanal

Mente activa. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Las escénicas: taller de teatro para el empoderamiento femenino. (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Hacemos deporte juntas. (M)

18:15h - 19:45h
Semanal

Creciendo con amor propio: autoestima y bienestar. (M)

18:15h - 19:45h
Semanal

JUEVES 3

MAÑANA

Nuestros lugares en el barrio. (M)

10:30h - 12:00h
Semanal

Emociones: de la represión a la expresión. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Mujeres que aman las letras. (M)

17:00h - 18:30h
Semanal

Tejedoras en autonomía. (M)

17:00h - 18:30h
Semanal

La Coral del Lucía. (M)

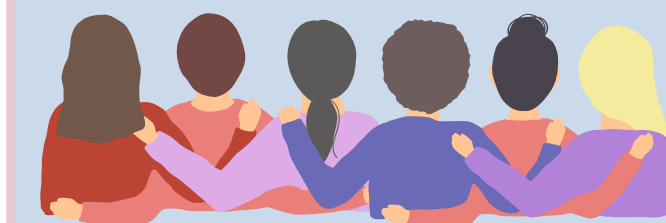
18:30 - 20:00h
Semanal

VIERNES 4

MAÑANA

Cuerpo en armonía: Equilibrio y flexibilidad. (M)

10:00h - 11:30h



((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 7 AL 11 DE ABRIL 2025

red de
espacios de
igualdad



LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

Espacio de Igualdad

LUNES 7

MAÑANA

Iniciación a la informática. (M)

10:30h - 12:00h
Semanal

Juntas y fortalecidas. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Compartimos idiomas entre nosotras (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Informática nivel medio. (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Creciendo juntas en el Lucía: Nos autoconocemos. (M)

18:30h - 20:00h
Semanal

Cuerpo y movimiento: Movilidad y fuerza. (M)

18:30h a 20:00 h

MARTES 8

MAÑANA

Feria de empleo. (TP)

09:30h - 14:00h

Ubicación: San Blas Digital. Calle Amposta. 34.

Caminamos juntas. (M)

10:30h - 12:00h
Semanal

El arte del ganchillo. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Mandalas y mindfulness. (M)

16:30h - 18:00h

Equilibrio interior: descifra tu ansiedad. (M)

18:30h - 20:00h
Semanal

Corazones Sororos . (M)

18:30h - 20:00h
Quincenal

MIÉRCOLES 9

MAÑANA

Ejercitando nuestro cuerpo. (M)

10:00h - 12:00h
Semanal

Autocuidado y relajación. (M)

10:00h - 11:30h
Semanal

Mente activa. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Las escénicas: taller de teatro para el empoderamiento femenino. (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Hacemos deporte juntas. (M)

18:15h - 19:45h
Semanal

Creciendo con amor propio: autoestima y bienestar. (M)

18:15h - 19:45h
Semanal

JUEVES 10

MAÑANA

Somos artesanas. (M)

10:00h - 11:30h
Quincenal

Nuestros lugares en el barrio. (M)

10:30h - 12:00h
Semanal

Emociones: de la represión a la expresión. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Mujeres que aman las letras. (M)

17:00h - 18:30h
Semanal

Tejedoras en autonomía. (M)

17:00h - 18:30h
Semanal

La Coral del Lucía. (M)

18:30 - 20:00h
Semanal

VIERNES 11

MAÑANA

Descubriendo y leyendo a Carmen Martín Gaité II. (TP)

10:00h - 11:30h



TARDE

Autocompasión: Aprendiendo a ser amable conmigo misma. (M)

17:30 a 19:00 h

((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 14 AL 18 DE ABRIL 2025

red de
espacios de
igualdad



LUNES 14

MAÑANA

Iniciación a la informática. (M)

10:30h - 12:00h
Semanal

Juntas y fortalecidas. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Compartimos idiomas entre nosotras (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Informática nivel medio. (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Creciendo juntas en el Lucía: Nos autoconocemos. (M)

18:30h - 20:00h
Semanal

Cuerpo y movimiento: Pilates. (M)

18:30h a 20:00 h

MARTES 15

MAÑANA

Caminamos juntas. (M)

10:30h - 12:00h
Semanal

El arte del ganchillo. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

La voz de mi rabia: Taller de poesía. (M)

16:30h - 18:00h

Equilibrio interior: Descifra tu ansiedad. (M)

18:30h - 20:00h
Semanal

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

18:30h - 20:00h
Quincenal

MIÉRCOLES 16

MAÑANA

Ejercitando nuestro cuerpo. (M)

10:00h - 12:00h
Semanal

Autocuidado y relajación. (M)

10:00h - 11:30h
Semanal

Mente activa. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Las escénicas: taller de teatro para el empoderamiento femenino. (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Hacemos deporte juntas. (M)

18:15h - 19:45h
Semanal

Creciendo con amor propio: autoestima y bienestar. (M)

18:15h - 19:45h
Semanal

JUEVES 17

FESTIVO

VIERNES 18

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/espaciodeigualdadluciassaornil>



SEMANA DEL 21 AL 25 DE ABRIL 2025

red de
espacios de
igualdad



Lucía Sánchez Saornil
Espacio de Igualdad

LUNES 21

MAÑANA

Iniciación a la informática. (M)

10:30h - 12:00h
Semanal

Juntas y fortalecidas. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Compartimos idiomas entre nosotras (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Informática nivel medio. (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Cuerpo y movimiento: Ejercicio con gomas. (M)

18:30h a 20:00 h

Creciendo juntas en el Lucía: Nos autoconocemos. (M)

18:30h - 20:00h
Semanal

MARTES 22

MAÑANA

Caminamos juntas. (M)

10:30 - 12:00h
Semanal



TARDE

Lo que esconden las palabras: Identificando la violencia psicológica. (M)

17:00 - 18:30h

Corazones Sororas. (M)

18:30 - 20:00h
Quincenal

MIÉRCOLES 23

MAÑANA

Ejercitando nuestro cuerpo. (M)

10:00h - 12:00h
Semanal



TARDE

Las escénicas: taller de teatro para el empoderamiento femenino. (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Taller de duelo: Pinto flores para que así no mueran (M)

16:30h - 18:00h

Hacemos deporte juntas. (M)

18:15h - 19:45h
Semanal

Creciendo con amor propio: autoestima y bienestar. (M)

18:15h - 19:45h
Semanal

JUEVES 24

MAÑANA

Somos artesanas. (M)

10:00h - 11:30h
Quincenal

Nuestros lugares en el barrio. (M)

10:30 - 12:00h
Semanal

Emociones: de la represión a la expresión. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Mujeres que aman las letras. (M)

17:00 - 18:30h
Semanal

Tejedoras en autonomía. (M)

17:00 - 18:30h
Semanal

La Coral del Lucía. (M)

18:30 - 20:00h
Semanal

VIERNES 25

MAÑANA

De la Autoexigencia al Autocuidado: El arte de soltar (M)

10:30 - 12:00h



TARDE

Cinefórum por el acoso callejero. (TP)

17:00 - 18:30h



((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 28 AL 30 DE ABRIL 2025

red de
espacios de
igualdad



Lucía Sánchez Saornil
Espacio de Igualdad

LUNES 28

MAÑANA

Iniciación a la informática. (M)

10:30h - 12:00h
Semanal



TARDE

Compartimos idiomas entre nosotras (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Informática nivel medio. (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Creciendo juntas en el Lucía: Nos autoconocemos. (M)

18:30h - 20:00h
Semanal

MARTES 29

MAÑANA

Caminamos juntas. (M)

10:30h - 12:00h
Semanal

El arte del ganchillo. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Estira y renueva tu energía. (M)

16:30h - 18:00h

Equilibrio interior: Descifra tu ansiedad. (M)

18:30h - 20:00h
Semanal

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

18:30h - 20:00h
Quincenal

MIÉRCOLES 30

MAÑANA

Ejercitando nuestro cuerpo. (M)

10:00h - 12:00h
Semanal

Autocuidado y relajación. (M)

10:00h - 11:30h
Semanal

Mente activa. (M)

12:00h - 13:30h
Semanal

TARDE

Las escénicas: taller de teatro para el empoderamiento femenino. (M)

16:30h - 18:00h
Semanal

Hacemos deporte juntas. (M)

18:15h - 19:45h
Semanal

Creciendo con amor propio: autoestima y bienestar. (M)

18:15h - 19:45h
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>

