

ESPACIO DE IGUALDAD LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

PROGRAMACIÓN JULIO 2026

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 jueves de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 horas. Viernes de 8:00 a 16:00h. 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: Ante las presiones estéticas, cuerpos diversos.



Exposición: El Collage como forma de expresión para dar voz.

12 MESES, 12 MALESTARES



Exposición 12 meses, 12 malestares. Julio: La presión estética



Espacio digital: Conectadas por nuestros malestares: La presión estética



MADRID

Políticas Sociales,
Familia e Igualdad

Dirección General de Igualdad y contra la Violencia de Género
Subdirección General de Igualdad y Diversidad.

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

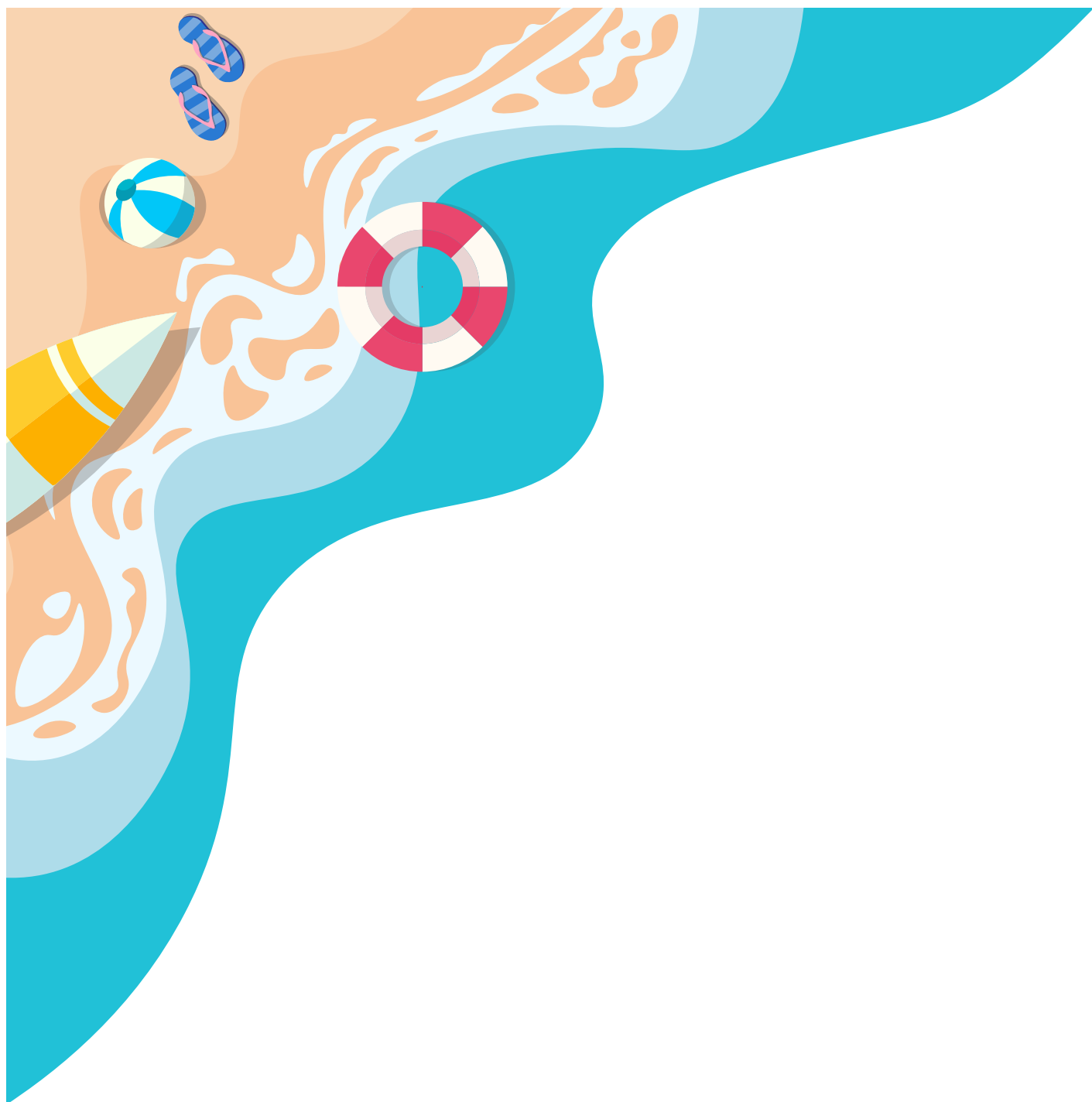


SEMANA DEL 1 AL 3 DE JULIO DE 2026

red de
espacios de
igualdad



Lucía Sánchez Saornil
Espacio de Igualdad



MIÉRCOLES 1

MAÑANA

**Ciclo Compartiendo Soledades:
Hablamos de la soledad. (M)**
12:00h - 13:30h



TARDE

**CuidarME: El rol de
cuidadora**
18:00h - 19:30h

JUEVES 2

MAÑANA

Neurobic. (M)
10:00h - 11:30h

**Artesanas: taller de
alambrismo. (M)**
10:00h - 11:30h

Ganchilleras en autonomía. (M)
11:30h - 13:00h



VIERNES 3



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

SEMANA DEL 6 AL 10 DE JULIO DE 2026

red de
espacios de
igualdad



LUNES 6

MAÑANA

Ciclo de talleres: El miedo, conocer la emoción. (M)
10:00h - 11:30h

Ciclo Repensando el amor. ¿Cómo aprendemos a amar? (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Conectándome: taller de habilidades emocionales. (M)
18:00h - 19:30h

Mi cuerpo y yo: reconstruyendo la relación. (M)
18:30h - 20:00h

MARTES 7

MAÑANA

Paseos veraniegos. (M)
10:00h - 11:30h

Vincul-arte. (M)
10:30h - 12:00h

Artesanas de la lana: ganchillo (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Ciclo AcuarelaMENTE, conectar con el proceso. (M)
18:00h - 19:30h



MIÉRCOLES 8

MAÑANA

Ciclo Deportistas Veraniegas: pilates. (M)
10:00h - 11:30h

Ciclo Compartiendo Soledades: Emociones que acompañan. (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Nos vamos a la piscina. En colaboración con la Junta Municipal de Deportes. (M)
16:00h - 20:00h

Así me veo y así me valoro: taller creativo de autoestima. (M)
18:00h - 19:30h

JUEVES 9

MAÑANA

Neurobic. (M)
10:00h - 11:30h

Un respiro para nosotras: Respiración consciente. (M)
10:00h - 11:30h

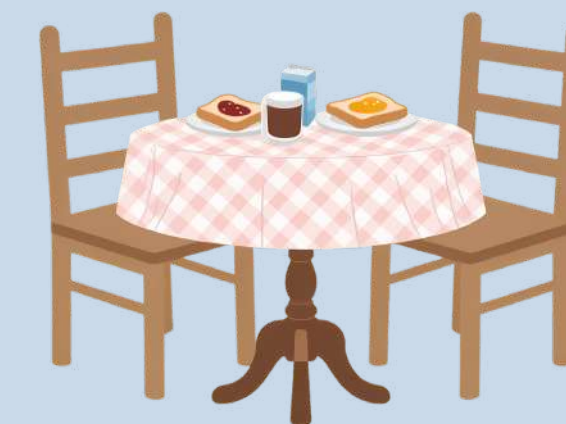
Ganchilleras en autonomía. (M)
11:30h - 13:00h



VIERNES 10

MAÑANA

Desayuno: Repensando la historia. Día internacional de la gran redada. (TP)
10:00h - 11:30h



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

SEMANA DEL 13 AL 17 DE JULIO DE 2026

red de
espacios de
igualdad



LUNES 13 MAÑANA

Ciclo de talleres: El miedo, las emociones que esconde. (M)
10:00h - 11:30h

Ciclo Repensando el amor. ¿Existen desigualdades en la pareja? (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Tertulia sorora: Reflexionando sobre el mito de las amistades entre mujeres. (M)
18:00h - 19:30h



MARTES 14 MAÑANA

Paseos veraniegos. (M)
10:00h - 11:30h

Artesanas de la lana: ganchillo (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Ciclo AcuarelaMENTE, pinceladas de identidad. (M)
18:00h - 19:30h

MIÉRCOLES 15 MAÑANA

Ciclo Deportistas Veraniegas: estiramientos. (M)
10:00h - 11:30h

Ciclo Compartiendo Soledade Tejiendo redes. (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Nos vamos a la piscina. En colaboración con la Junta Municipal de Deportes. (M)
16:00h - 20:00h

CuidarME: Recuperando mi espacio. (M)
18:00h - 19:30h

JUEVES 16 MAÑANA

Neurobic. (M)
10:00h - 11:30h

Artesanas: taller de alambrismo. (M)
10:00h - 11:30h

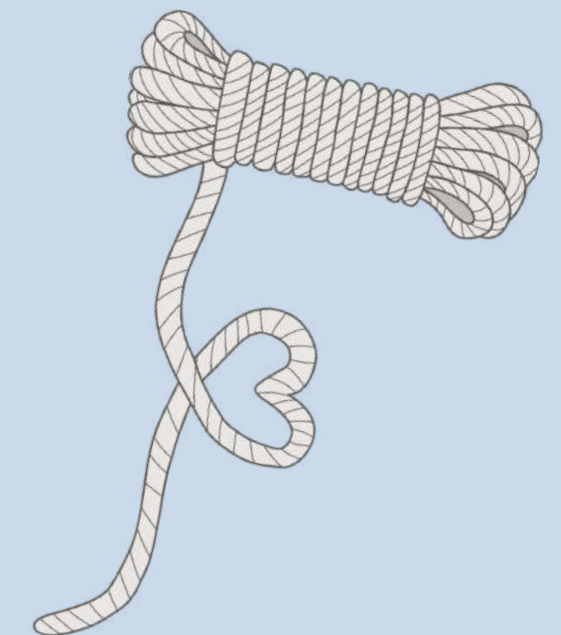
Ganchilleras en autonomía. (M)
11:30h - 13:00h

Reconectar con mi identidad. (M)
12:00h - 13:30h



VIERNES 17 MAÑANA

Iniciación al macramé, construyendo mi primer tapiz. (M)
10:00h - 11:30h



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

SEMANA DEL 20 AL 24 DE JULIO DE 2026

red de
espacios de
igualdad



LUNES 20
MAÑANA

Ciclo Repensando el amor. Autocuidado, límites y reconstrucción. (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Mi termómetro para recibir opiniones. (M)
18:00h - 19:30h

MARTES 21
MAÑANA

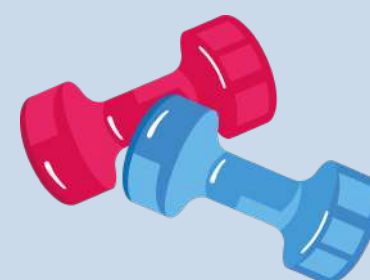
Paseos veraniegos. (M)
10:00h - 11:30h

Artesanas de la lana: ganchillo (M)
12:00h - 13:30h



MIÉRCOLES 22
MAÑANA

Ciclo Deportistas Veraniegas: movilidad y fuerza (M)
10:00h - 11:30h



TARDE

La voz que me acompaña: repensando mi diálogo interior. (M)
18:00h - 19:30h

JUEVES 23
MAÑANA

Neurobic. (M)
10:00h - 11:30h

Ganchilleras en autonomía. (M)
11:30h - 13:00h

VIERNES 24
MAÑANA

Mirarme con buenos ojos: taller de empoderamiento. (M)
10:00h - 11:30h



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

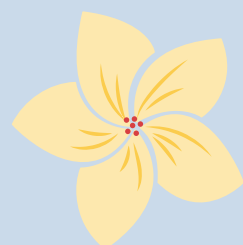
SEMANA DEL 27 AL 31 DE JULIO DE 2026

red de
espacios de
igualdad



LUNES 27
MAÑANA

Ciclo de talleres: El miedo, comunicando desde la valentía (M)
10:00h - 11:30h



TARDE

Cinefórum dirigido por mujeres. Ciclo de cortos: Duelos. En colaboración con Directed by Women Spain. (TP)
18:30h - 20:00h

MARTES 28
MAÑANA

Mujeres en movimiento: Circuito deportivo. (M)
10:00h - 11:30h

Artesanas de la lana: ganchillo (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Ciclo AcuarelaMENTE, nuestra gran obra. (M)
18:00h - 19:30h



MIÉRCOLES 29
MAÑANA

Ciclo Compartiendo Soledad: construimos el encuentro (M)
12:00h - 13:30h



TARDE

Cineforum: Mujeres revolucionarias. En colaboración con Directed by Women Spain. (TP)
18:00h - 19:30h

JUEVES 30
MAÑANA

Neurobic. (M)
10:00h - 11:30h

Un respiro para nosotras: cultivando calma. (M)
10:00h - 11:30h

Ganchilleras en autonomía. (M)
11:30h - 13:00h



VIERNES 31
MAÑANA

Estiramos y reflexionamos: Nuestra relación con el deporte. (M)
10:00h - 12:30h



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