ESPACIO DE IGUALDAD LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL
PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE 2026

red de espacios de igualdad
Espacio de Igualdad
LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

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. 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.

12 MESES, 12 MALESTARES

- Exposición 12 meses, 12 malestares. Noviembre: La violencia hacia las mujeres.
- Espacio digital: Conectadas por nuestros malestares: La violencia hacia las mujeres.

EXPOSICIONES

- Exposición 25N. La violencia de género: comprender para transformar.
- Exposición 25N. La telaraña de la violencia de género.

FORMACIÓN A PROFESIONALES

- FORMA-TE. III Curso online dirigido a profesionales: Malestares de género: Salud mental y física de las mujeres.Del 20 de octubre al 20 de noviembre.
- FORMA-TE. I Curso online. Carga mental, cuidados y malestares de género: herramientas para la intervención profesional. Del 23 de octubre al 20 de noviembre

SEMANA DEL 2 AL 6 DE NOVIEMBRE DE 2026

red de espacios de igualdad
Espacio de Igualdad
LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

LUNES 2

FESTIVO



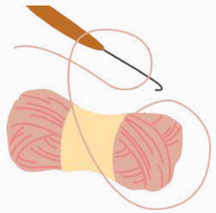
MARTES 3

MAÑANA

Paseos saludables (M)
10:00h - 11:30h

Pintura en textiles. (M)
10:00h - 11:30h

Artesanas de la lana: ganchillo. (M)
11:30h - 13:00h



TARDE

Autoconocimiento y arte (M)
18:00h - 19:30h

MIÉRCOLES 4

MAÑANA

Mi pasaporte digital: conociendo mi smartphone (M)
10:00h - 11:30h

Un tiempo para mí (M)
10:30h - 12:00h

Estiramientos y relajación. (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Cultivando mi calma: relajación y mindfulness (M)
16:30h - 18:00h

Juntas sobre el escenario (M)
18:00h - 19:30h

JUEVES 5

MAÑANA

Alambrismo, creamos juntas (M)
10:00h - 11:30h

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

Raíces: autoestima, emociones y bienestar (M)
12:00h - 13:30h

25N. Pequeñas señales, grandes alertas. Identificando la violencia de género en mi entorno.(M)
12:00h - 13:30h

TARDE

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

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

La coral del Lucía (M)
18:30h - 20:00h

VIERNES 6

MAÑANA

Mi tribunal interior: jueza, fiscal y acusada(M)
10:30h - 12:00h



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

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 9 AL 13 DE NOVIEMBRE DE 2026

red de espacios de igualdad
Espacio de Igualdad
LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

LUNES 9

FESTIVO

MARTES 10

MAÑANA

Paseos saludables (M)
10:00h - 11:30h

Pintura en textiles. (M)
10:00h - 11:30h

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

Artesanas de la lana: ganchillo. (M)
11:30h - 13:00h

TARDE

Autoconocimiento y arte (M)
18:00h - 19:30h

MIÉRCOLES 11

MAÑANA

Mi pasaporte digital: conociendo mi smartphone (M)
10:00h - 11:30h

Un tiempo para mí (M)
10:30h - 12:00h

TARDE

Cultivando mi calma: relajación y mindfulness (M)
16:30h - 18:00h

Juntas sobre el escenario (M)
18:00h - 19:30h

JUEVES 12

MAÑANA

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

Raíces: autoestima, emociones y bienestar (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

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

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

La coral del Lucía (M)
18:30h - 20:00h

VIERNES 13

MAÑANA

Macramé en compañia (M)
10:00h - 11:30h

TARDE

Más allá de la pareja, hacer las paces con la soledad.(M)
16:30h - 18:00h

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

SEMANA DEL 16 AL 20 DE NOVIEMBRE DE 2026

red de espacios de igualdad
Espacio de Igualdad
LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

LUNES 16

MAÑANA

Gimnasia para el bienestar (M)
10:00h - 11:30h

Emociones en equilibrio (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Creciendo juntas y compartiendo historias (M)
17:00h - 18:30h

Cuando me convierto en mi peor enemiga (M)
18:00h - 19:30h

Compartimos idiomas (M)
18:30h - 20:00h

MARTES 17

MAÑANA

Paseos saludables (M)
10:00h - 11:30h

Pintura en textiles. (M)
10:00h - 11:30h

¡Nos vamos al cine!: Sorda (TP)
10:30h - 13:30h

Artesanas de la lana: ganchillo. (M)
11:30h - 13:00h

TARDE

Entrevista a la carta: Ensayamos con tu CV en mano (M)
16:30h - 18:00h

Autoconocimiento y arte (M)
18:00h - 19:30h

MIÉRCOLES 18

MAÑANA

Mi pasaporte digital: conociendo mi smartphone (M)
10:00h - 11:30h

Un tiempo para mí (M)
10:30h - 12:00h

25N. Relatos sobre duelo y género. Taller Prevención del duelo en colaboración con el Centro Municipal de Salud (TP)
12:00h - 13:30h

TARDE

Cultivando mi calma: relajación y mindfulness (M)
16:30h - 18:00h

Juntas sobre el escenario (M)
18:00h - 19:30h

JUEVES 19

MAÑANA

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

Alambrismo, creamos juntas (M)
10:00h - 11:30h

Raíces: autoestima, emociones y bienestar (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

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

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

La coral del Lucía (M)
18:30h - 20:00h

VIERNES 20

MAÑANA

25N. ¿Un amor de película? (TP)
10:30h - 12:00h



Escuchando mis emociones: saber lo que estoy sintiendo (M)
12:00h - 13:30h



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

SEMANA DEL 23 AL 27 DE NOVIEMBRE DE 2026

red de espacios de igualdad
Espacio de Igualdad
LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

LUNES 23

MAÑANA

Gimnasia para el bienestar (M)
10:00h - 11:30h

Emociones en equilibrio (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Creciendo juntas y compartiendo historias (M)
17:00h - 18:30h

25N. El ciclo de la violencia: comprender para dejar de culpabilizar(me) (M)
18:00h - 19:30h

Compartimos idiomas (M)
18:30h - 20:00h

MARTES 24

MAÑANA

Paseos saludables (M)
10:00h - 11:30h

Artesanas de la lana: ganchillo. (M)
11:30h - 13:00h

TARDE

Autoconocimiento y arte (M)
18:00h - 19:30h



MIÉRCOLES 25

MAÑANA

Jornada 25N (TP)



- Desayuno en compañía. Origen del 25N
- ¿Verdad o mito? Identificamos las violencias
- ¿Cómo puedo acompañar?

10:00h - 14:00h

TARDE

Cultivando mi calma: relajación y mindfulness (M)
16:30h - 18:00h

Juntas sobre el escenario (M)
18:00h - 19:30h

JUEVES 26

MAÑANA

Raíces: autoestima, emociones y bienestar (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Actividad comunitaria. Alzamos la voz: juntas contra la violencia de género. Lugar: Servicios Sociales Luz Casanova(TP)
17:00h - 20:00h

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

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

La coral del Lucía (M)
18:30h - 20:00h

VIERNES 27

MAÑANA

Macramé en compañia (M)
10:00h - 11:30h

Hacemos deporte juntas: sesión de fuerza y movilidad (M)
12:00h - 13:30h



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

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 30 DE NOVIEMBRE DE 2026

red de espacios de igualdad
Espacio de Igualdad
LUCÍA SÁNCHEZ SAORNIL

LUNES 30

MAÑANA

Gimnasia para el bienestar (M)
10:00h - 11:30h

Emociones en equilibrio (M)
12:00h - 13:30h

TARDE

Creciendo juntas y compartiendo historias (M)
17:00h - 18:30h

25N. Las huellas invisibles de la violencia(M)
18:00h - 19:30h

Compartimos idiomas (M)
18:30h - 20:00h

25N. Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer





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