

ACTIVIDADES CASA DE LA DONA

ENERO / MARZO 2023

CUERPOS DIVERSOS Y VALIENTES

ALINEACIÓN CORPORAL Y RECUPERACIÓN DEL SUELO PÉLVICO I

Horario: Lunes y miércoles de 10:00 a 11:30 h
Del 16/01 al 29/03 - Duración: 33h
Dinamiza: Iris Villaescusa Castillo

ALINEACIÓN CORPORAL Y RECUPERACIÓN DEL SUELO PÉLVICO II

Horario: Lunes 16:00 a 17:15h y miércoles 18 a 19:30h
Del 16/01 al 29/03 - Duración: 29h
Dinamiza: Iris Villaescusa Castillo

PILATES PARA EMBARAZADAS

Horario: Martes de 16:45 a 17:45 h
Del 17/01 a 28/03 - Duración: 11h
Dinamiza: Rebeca Peris

PILATES POSTPARTO CON BEBÉS

Horario: Martes de 18:00 a 19:00h
Del 17/01 a 28/03 - Duración: 11h
Dinamiza: Rebeca Peris

YOGA FIBROMIALGIA I Yoguis Danzantes, yoguis felices

Horario: Martes y jueves, 9:30 a 11:00h
Del 17/01 a 30/03 - Duración: 31h
Dinamiza: Ana Martos López

TALLER NUEVO: APRENDIENDO A UTILIZAR LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Horario: Martes y jueves, 17:00 a 19:00h
Días: 17, 19, 24 y 26 de enero - Duración: 8h
Dinamiza: Serena Delle Donne
Actividad gratuita

TALLER NUEVO: HISTORIA Y CULTURA DEL MOVIMIENTO FEMINISTA Y DEL ASOCIACIONISMO DE MUJERES

Horario: Martes y jueves 19:00 a 21:00h
Días: 17, 19, 24 y 26 de enero - Duración: 8h
Dinamiza: Serena Delle Donne
Actividad gratuita

YOGA FIBROMIALGIA II Mujer, tu cuerpo, tu templo, tu refugio

Horario: Miércoles y viernes de 16:30 a 18:00h
Del 18/01 al 31/03 - Duración: 30h
Dinamiza: Pilar García Ruiz

TALLER DE DANZAS ORIENTALES Espiritualidad femenina a través de la DANZA

Horario: Jueves de 18:00 a 20:00h
Del 19/01 al 30/03 - Duración: 20h
Dinamiza: Pepa Altaver

TALLER DE MEDITACIÓN Y MINDFULNESS EN MOVIMIENTO

Horario: Lunes de 17:15 a 18:45h
Del 16/01 al 27/03 - Duración: 16h
Dinamiza: Irene Chuliá Lizondo

TALLER DE FLAMENCO: MUJER, FLAMENCO Y SOBERANÍA

Horario: Lunes de 18:45 a 20:30h
Del 16/01 a 27/03 - Duración: 22h
Dinamiza: Irene Chuliá Lizondo

TALLER DE CANTO: LAS VOCES DE LA VOZ

Horario: Viernes de 9:45 a 11:15
Del 20/01 al 31/03 - Duración: 22h
Dinamiza: Bárbara García Clark

TALLER NUEVO: TALLER DE DUELO MIGRATORIO

Horario: Viernes 9:30 a 11:30h
Del 20/01 al 31/03 - Duración: 20h
Dinamizan:
Paulina Ferrareso / Gemma López Ramos

CASA DE LA DONA

"Soy mi propia musa.
Soy la persona que mejor conozco.
Soy la persona que quiero mejorar"

Frida Kahlo



CREATIVAS: FORMÁNDOSE Y TRANSFORMANDO

TALLER MIXTO DE DIBUJO Delicada Expresión

Horario: Viernes de 19:00 a 21:00h
Del 20/01 al 31/03 - Duración: 20h
Dinamiza: Ana M.ª Guiot Miquel
*Cada persona tendrá que aportar su material

TALLER MIXTO DE JUEGOS DE MESA: Nosotras y nuestra historia:

Horario: Viernes 17:00 a 19:00h
Del 20/01 al 31/03 - Duración: 20h
Dinamiza: M.ª José Guerrero Reina

TALLER MIXTO DE FOTOGRAFÍA Fotografía en Blanco y Negro

Horario: Martes de 17:30 a 19:30h
Del 17/01 al 28/03 - Duración: 20h
Dinamiza: Miracle Candela
*Cada persona tendrá que aportar su material

TALLER MIXT: TEJIDO MODERNO Iniciación al ganchillo

Horario: Jueves de 10:00 a 12:00 h
Del 19/01 al 30/03 - Duración: 20h
Dinamiza: Carolina Damonte Santoro
*Cada persona tendrá que aportar su material

BOLILLOS - RECUPERAR TRADICIONES

Horario: Lunes y jueves de 17:00 a 19:00h
Del 16/01 al 30/03
Actividad gratuita
*Cada persona tendrá que aportar su material

TALLER MIXTO DE CLUB DE LECTURA Literatura y vida

Horario: Viernes de 17:30 a 19:30 h
Del 14/10 al 23/12 - Duración: 20h
Dinamiza: Yolanda París Tudela

TALLER DE TEATRO Creando Juntas

Horario: Martes de 11:15 a 13:15h
Del 17/01 a 28/03 - Duración: 22h
Dinamiza: Ana M.ª Guiot Miquel
*Cada persona tendrá que aportar su material

EMPODERADAS

TALLER DE EXPRESIÓN CREATIVA: Conectant con la creatividad

Horario: Lunes de 11:00 a 13:00 h
Del 16/01 al 27/03 - Duración: 22h
Dinamiza: Bárbara García Clark

MUJERES EN CONSTRUCCIÓN Autoestima, el arte de amarme incondicionalmente

Horario: Miércoles 9:30 a 11:30h
Del 18/01 al 29/03 - Duración: 22h
Dinamiza: Gemma López Ramos

TALLER MIXTO: ABRAZANDO NUESTRA BELLEZA Descubriendo el feminismo

Horario: Martes de 11:30 a 13:30h
Del 17/01 al 27/03 - Duración: 22h
Dinamiza: Mabel Carrascosa Seligrat

CINE VIOLETA Último viernes de cada mes

Cine fórum mensual dedicado al visionado y posterior coloquio y análisis filmico de películas para reflexionar sobre las relaciones de género en la sociedad.

Dinamiza: Serena Delle Donne: Doctora en Comunicación e Interculturalidad y experta en Temáticas de Género.

Se hará difusión de las diferentes fechas en las redes sociales de Casa de la Dona.

¡SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES!

 @casadeladonatorrent
 @casadeladona_torrent



C/ Músico Mariano
Puig Yago, 8
Telf: 96 111 18 58



>>> Insíbete a través de inscripciones.torrent.es <<<
En caso de dudas o problemas, llama a Casa de la Dona: 96 111 18 58

ACTIVITATS CASA DE LA DONA

GENER / MARÇ 2023

COSSOS DIVERSOS I VALENTS

ALINEACIÓ CORPORAL I RECUPERACIÓ DEL SÒL PELVIÀ I

Horari: Dilluns i dimecres de 10.00 a 11.30 h
Del 16/01 al 29/03 - Duració: 33h
Dinamitza: Iris Villaescusa Castillo

ALINEACIÓ CORPORAL I RECUPERACIÓ DEL SÒL PELVIÀ II

Horari: Dilluns 16.00 a 17.15h i dimecres 18 a 19.30h
Del 16/01 al 29/03 - Duració: 29h
Dinamitza: Iris Villaescusa Castillo

PILATES PER A EMBARASSADES

Horari: Dimarts de 16.45 a 17.45 h
Del 17/01 a 28/03 - Duració: 11h
Dinamitza: Rebeca Peris

PILATES POSTPART AMB BEBÉS

Horari: Dimarts, 18.00 a 19.00h
Del 17/01 a 28/03 - Duració: 11h
Dinamitza: Rebeca Peris

IOGA FIBROMIÀLGIA I Ioguis Dansaires, ioguis Felços

Horari: Dimarts i dijous, 9.30 a 11.00h
Del 17/01 a 30/03 - Duració: 31h
Dinamitza: Ana Martos López

TALLER NOU: APRENENT A UTILITZAR LES NOVES TECNOLOGIES

Horari: Dimarts i dijous, 17.00 a 19.00h
Dies: 17, 19, 24 i 26 de gener - Duració: 8h
Dinamitza: Serena Delle Donne
Activitat gratuïta

TALLER NOU: HISTÒRIA I CULTURA DEL MOVIMENT FEMINISTA I DE L'ASSOCIACIONISME DE DONES

Horari: Dimarts i dijous 19.00 a 21.00h
Dies: 17, 19, 24 i 26 de gener - Duració: 8h
Dinamitza: Serena Delle Donne
Activitat gratuïta

IOGA FIBROMIÀLGIA II Dona, el teu cos, el teu temple, el teu refugi

Horari: Dimecres i divendres de 16.30 a 18.00h
Del 18/01 al 31/03 - Duració: 30h
Dinamitza: Pilar García Ruiz

TALLER DE DANSES ORIENTALS Espiritualitat femenina a través de la DANSA

Horari: Dijous de 18.00 a 20.00h
Del 19/01 al 30/03 - Duració: 20h
Dinamitza: Pepa Altaver

TALLER DE MEDITACIÓ I MINDFULNESS EN MOVIMENT

Horari: Dilluns de 17.15 a 18.45h
Del 16/01 al 27/03 - Duració: 16h
Dinamitza: Irene Chulià Lizondo

TALLER DE FLAMENC DONA, FLAMENC I SOBIRANIA

Horari: Dilluns de 18.45 a 20.30h
Del 16/01 al 27/03 - Duració: 22h
Dinamitza: Irene Chulià Lizondo

TALLER DE CANT LES VEUS DE LA VEU

Horari: Divendres de 9.45 a 11.15
Del 20/01 al 31/03 - Duració: 22h
Dinamitza: Barbara Garcia Clark

TALLER NOU: TALLER DE DUEL MIGRATORI

Horari: Divendres 9.30 a 11.30h
Del 20/01 al 31/03 - Duració: 20h
Dinamitzen:
Paulina Ferraresso / Gemma López Ramos

CASA DE LA DONA

*"Soc la meua pròpia musa.
Soc la persona que millor conec
Soc la persona que vull millorar"*

Frida Kahlo



CREATIVES FORMANT-SE I TRANSFORMANT

TALLER MIXT DE DIBUIX Delicada Expressió

Horari: Divendres de 19.00 a 21.00h
Del 20/01 a 31/03 - Duració: 20h
Dinamitza: Ana M.ª Guiot Miquel
*Cada persona haurà d'aportar el seu material

TALLER MIXT DE JOCS DE TAULA Nosaltres i la nostra història.

Horari: Divendres 17.00 a 19.00h
Del 20/01 al 31/03 - Duració: 20h
Dinamitza: M.ª José Guerrero Reina

TALLER MIXT DE FOTOGRAFIA Fotografia en Blanc i Negre

Horari: Dimarts de 17.30 a 19.30h
Del 17/01 al 28/03 - Duració: 20h
Dinamitza: Miracle Candela
*Cada persona haurà d'aportar el seu material

TALLER MIXT : TEIXIT MODERN Iniciació a punt de ganxo

Horari: Dijous de 10.00 a 12.00 h
Del 19/01 al 30/03 - Duració: 20h
Dinamitza: Carolina Damonte Santoro
*Cada persona haurà d'aportar el seu material

BOIXETS - RECUPERAR TRADICIONS

Horari: Dilluns i dijous de 17.00 a 19.00h
Del 16/01 al 30/03 - Duració: 20h
Dinamitza: Pepa Altaver
*Cada persona haurà d'aportar el seu material

TALLER MIXT DE CLUB DE LECTURA Literatura i vida

Horari: Divendres de 17.30 a 19.30 h
Del 14/10 al 23/12 - Duració: 20h
Dinamitza: Yolanda Paris Tudela

TALLER DE TEATRE Creant Junes

Horari: Dimarts de 11.15 a 13.15h
Del 17/01 a 28/03 - Duració: 22h
Dinamitza: Ana M.ª Guiot Miquel
*Cada persona haurà d'aportar el seu material

EMPODERADES

TALLER DE EXPRESSIÓ CREATIVA Connectant amb la creativitat

Horari: Dilluns de 11.00 a 13.00 h
Del 16/01 al 27/03 - Duració: 22h
Dinamitza: Bárbara García Clark

DONES EN CONSTRUCCIÓ Autoestima, l'art d'estimar-me incondicionalment

Horari: Dimecres 9.30 a 11.30h
Del 18/01 al 29/03 - Duració: 22h
Dinamitza: Gemma López Ramos

TALLER MIXT: ABRAÇANT LA NOSTRA BELLESA Descobrint el feminisme

Horari: Dimarts de 11.30 a 13.30h
Del 17/01 al 27/03 - Duració: 22h
Dinamitza: Mabel Carrascosa Seligrat

CINE VIOLETA Últim divendres de cada mes

Cinema fòrum mensual dedicat al visionat i posterior col·loqui i anàlisi filmic de pel·lícules per a reflexionar sobre les relacions de gènere en la societat.

Dinamitza: Serena Delle Donne, Doctora en Comunicació i Interculturalitat i experta en Temàtiques de Gènere.

Es farà difusió de les diferents dates en les xarxes socials de Casa Dona.

SEGUEIX-NOS A LES NOSTRES XARXES SOCIALS!

 @casadeladonatorrent
 @casadeladona_torrent



C/ Músico Mariano
Puig Yago, 8
Telf: 96 111 18 58



>>> Inscriu-te a través d' inscripciones.torrent.es <<<

En cas de dubtes o problemes, crida a Casa de la Dona: 96 111 18 58