

BEBETEGA

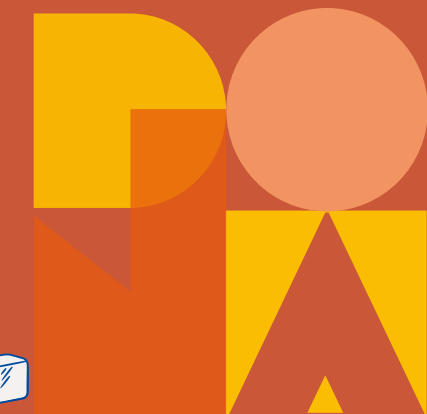
INFORMA'T
ACÍ

De dilluns a divendres de 17.00 a 20.00 h



**SERVICI GRATUÏT
DE CONCILIACIÓ**

**PER A XIQUETS I XIQUETES
DE 0 A 9 ANYS**



**SEMPRE
DONES DE TORRENT EN
MARXA**



Inscripcions en
inscripciones.torrent.es

96 111 18 58



**CASA
DE LA DONA
TORRENT**



CORRESPONSABLES

C/ del Músic Mariano Puig Yago (Al costat de l'Ermita), 8 46900 TORRENT • dona@torrent.es

GENER'26-ABRIL'26

ACTIVITATS

PER A LA DONA



**CASA
DE LA DONA
TORRENT**



BIO




➤ PILATES POST PART Gratuïta
Divendres 09.30-11.00 h.
Del 16 gener al 24 d'abril.

➤ PILATES MAT BÀSIC
Dimarts - dijous 16.00 -16.45 h.
Del 13 gener al 30 d'abril. **22€**

➤ RESPIRACIÓ, RELAXACIÓ I MEDITACIÓ
Dimecres 16.00-17.00 h.
Del 14 gener al 29 d'abril. **15€**

➤ IOGA EN CADIRA
Dilluns - dimecres 9.45 - 10.30 h.
Del 12 gener al 29 d'abril. **21€**

➤ MOVIMENT CONSCIENT I RESTAURATIU
Dimarts - dijous 9.45 -10.30 h.
Del 13 gener al 30 d'abril. **22€**

➤ FLAMENC, SOBIRANIA I DONES
Dilluns. 18.30- 20.00 h.
Del 12 gener al 27 d'abril. **19€**



CONCILIACIÓ

Activitat gratuïta per a xiquetes i xiquets de 6 a 12 anys.
17.30-19.30 h

➤ DIBUIX. Dilluns. Del 19 de gener al 27 d'abril

➤ DANSA CREATIVA. Dimecres. Del 21 de gener al 29 d'abril.

➤ MANUALITATS. Dijous. Del 22 de gener al 30 d'abril.

PSICO



➤ DONA, EQUILIBRI I BENESTAR
Dimarts 11.30- 13.00 h.
Del 13 gener al 28 d'abril. **21€**

➤ ACTIVAMENT
Dilluns 16.00-17.30 h.
Del 12 gener al 27 d'abril. **19€**

➤ TORRENT EMOCIONAL
Dijous 11.30 -13.00 h.
Del 15 gener al 30 d'abril. **21€**

➤ COMUNICACIÓ ASSERTIVA
Divendres 20 de febrer.
De 18:00 - 20:00 h. Gratuïta




FORMACIÓ

➤ FILOSOFIA Gratuïta
Dilluns 17.30-19.00 h.
12 de gener al 27 d'abril.

➤ MÒBIL I FOTOGRAFIA 2. Gratuïta
Dijous. 17.30-19.00 h.
15 de gener - 5 de febrer.

➤ CONEIX I UTILITZA L'APLICACIÓ CANVA Gratuïta
Dijous. 17.30-19.00. h
16 d'abril -7 de maig.



SALUT

CICLE DE SALUT INTEGRAL

➤ ESTIL DE VIDA I TIROIDE Entrada lliure
Divendres 23 de gener. 18.00 h.

➤ DEFENSES NATURALS I MICROBIOTA Entrada lliure
Divendres 6 de febrer. 18.00 h.

➤ SOMNI INFANTIL Entrada lliure
Dijous 22 gener.11.00 h.
ORGANITZA AMAMANTA

➤ 1r AUXILIS EN LA INFÀNCIA Entrada lliure
Dimarts 17 febrer. 11.00 h.
ORGANITZA AMAMANTA

➤ ALIMENTACIÓ RESPECTUOSA EN LA 1a INFÀNCIA Entrada lliure
Divendres 27 març. 11.00 h.
ORGANITZA AMAMANTA




FEMINISMES



➤ CONEIX LA VIDA I OBRA DE SIMONE DE BEAUVOIR
Dijous de 17.30 a 19.00 h.
Del 5 al 26 de febrer.
Repertiment del llibre *El segon sexe*.

➤ CREA UNA PANCARTA REIVINDICATIVA PER AL 8 M. Gratuïta
Dimecres 25 i dijous 26 de febrer. 17.30 a 19.30 h.

OCI SALUDABLE

➤ SERIGRAFIA
Dimecres 17.30-19.00 h.
Del 14 gener al 29 d'abril. **22€**

➤ TEATRE
Dimarts de 17.00 - 18.30 h.
Del 13 gener al 28 d'abril. **21€**

➤ CLUB DE LECTURA
Dimarts alterns de 18.00 - 20.00 h.
Del 13 gener al 21 d'abril. **16€**
1a lectura NADA de Carmen Laforet.

➤ CROCHET CREATIU Gratuïta
Dijous 10.00-12.00 h.
Del 15 gener al 30 d'abril.

➤ JOCS DE TAULA DE HUI
Divendres 17.30-19.30 h.
Del 23 gener al 24 d'abril. **26€**





I MOLTES MÉS ACTIVITATS QUE S'ANUNCIARAN MES A MES:

➤ CINEMA: LAS SUFRAGISTAS, divendres 30 de gener (últim divendres mes)

➤ EXPOSICIONS: OLGA PAVLOVA, divendres 16 de gener.

➤ INTERCANVI DE LLIBRES: 13 de gener. 2n dimarts del mes.

INFORMA'T ACÍ

