

actividades

MAYO-JULIO PARA LA MUJER

PRIMAESTIU

ESPACIO DE TRABAJO:

Cabina de trabajo con ordenador e internet para gestiones. Acércate en horario de Casa de la Dona, solicita el uso del ordenador en conserjería y útilalo para tus gestiones administrativas, búsqueda de empleo o formación.



Inscripciones en inscripciones.torrent.es

96 111 18 58



C/ del Músic Mariano Puig Yago 8 (al lado de la Ermita). 46900 TORRENT • dona@torrent.es



BIO

YOGA EN SILLA

- Lunes - miércoles de 9:45 h - 10:30 h.
- Del 4 de mayo al 15 de julio. **16€**

FLAMENCO, SOBERANÍA Y MUJERES

- Lunes. 18:30 h - 20:00 h.
- Del 4 de mayo al 13 julio. **16€**

MOVIMIENTO CONSCIENTE Y RESTAURATIVO

- Martes - jueves de 9:45 h-10:30 h.
- Del 5 mayo al 16 julio. **17€**

PILATES MAT BÁSICO

- Martes - jueves de 16:00 h - 16:45 h.
- Del 5 mayo al 16 julio. **17€**

PILATES POST PARTO

- Viernes. 9:30 h - 11:00 h.
- Del 8 mayo al 17 julio. **Actividad gratuita**



PSICO. TALLERES DE AUTOESTIMA

CREATIVIDAD, AUTOCUIDADO Y AUTOESTIMA

- Martes. 11:30 h - 13:00 h.
- Del 5 mayo al 26 mayo. **6€**

HABITAR (ME). SANAR EN MEDIO DE LO QUE ES

- Jueves. 11:30 h - 13:00 h.
- Del 7 mayo al 28 mayo. **6€**

APRENDER A SOLTAR Y AVANZAR

- Martes. 11:30 h - 13:00 h.
- Del 2 junio al 23 junio. **6€**

RegulArte

- Jueves. 11:30 h - 13:00 h.
- Del 4 junio al 25 junio. **6€**



CHARLA SOBRE MINDFULNESS. TALLER MIXTO

- Viernes 12 de junio de 18:00 h a 20:00 h.
- **Actividad gratuita**

FORMACIÓN

FILOSOFÍA. PENSAR JUNTAS. TALLER MIXTO

- Lunes. 17:30 h - 19:00 h.
- Del 4 de mayo al 29 de junio. **Actividad gratuita**

TALLER LABORAL. MICRONEGOCIOS. EMPRENEDURISMO

- Martes. 10:00 h - 12:00 h.
- Del 5 de mayo al 28 de julio. **Actividad gratuita**

INICIACIÓN AL WORD

- Jueves. 18:00 h - 19:30 h.
- Del 14 de mayo al 28 de mayo. **Actividad gratuita**

INICIACIÓN AL EXCEL

- Jueves. 18:00 h - 19:30 h.
- Del 4 de junio al 25 de junio. **Actividad gratuita**



FEMINISMOS

HABLEMOS DE FEMINISMOS. TALLER MIXTO

- Martes. 18:00 h - 19:30 h.
- Del 5 mayo al 26 de mayo. **Actividad gratuita**

VIDA, OBRA E IDEAS DE FRIDA KAHLO. TALLER MIXTO

- Martes. 18:00 h - 19:30 h.
- Del 2 de junio al 23 de junio. **6€**



OCIO SALUDABLE

TEATRO

- Martes. 17:00 h - 18:30 h.
- Del 5 mayo al 14 julio. **16€**

FOTOGRAFÍA. Proceso artesanal de copiado de negativos. TALLER MIXTO

- Miércoles. 18:00 h - 20:00 h.
- Del 6 mayo al 27 de mayo. **8€**

CROCHET CREATIVO. TALLER MIXTO

- Jueves. 10:00 h - 12:00 h.
- Del 7 mayo al 25 junio. **Actividad gratuita**



DESCONECTEMOS JUGANDO. JUEGOS DE MESA. TALLER MIXTO

- Viernes. 17:30 h - 19:30 h.
- Del 8 mayo al de 26 junio. **16€**

SCRAPBOOK. TALLER MIXTO

- Miércoles. 18:00 h - 20:00 h.
- Del 3 junio al 17 de junio. **6€**

RECURSOS DE CONCILIACIÓN

Actividad gratuita para niñas y niños de 6 a 12 años. De 17:30 h - 19:30 h.

DIBUJO

- Lunes. Del 4 de mayo al 29 de junio.

DANZA CREATIVA

- Miércoles. Del 6 de mayo al 17 de junio.

MANUALIDADES

- Jueves. Del 7 de mayo al 25 de junio.



ESCUELA DE FAMILIAS POR LA IGUALDAD

CHARLA DE PRIMEROS AUXILIOS EN LA INFANCIA. TALLER MIXTO

- Martes 19 de mayo. 11:00 h.
- Imparte Amamanta. **Actividad gratuita**

TALLER DE CRIANZA PARA MADRES I PADRES PRIMERIZOS.

Las rabietas - Estimular sin sobre-estimular - Jugar es aprender - Rutinas que dan seguridad

- Martes. 11:00 h - 13:00 h.
- Del 26 de mayo al 16 de junio. **8€**

CHARLA DE ALIMENTACIÓN RESPETUOSA. TALLER MIXTO

- Martes 28 de julio 11:00 h.
- Imparte Amamanta. **Actividad gratuita**

CICLO DE SALUD INTEGRAL

CHARLA DE SALUD ÍNTIMA FEMENINA. TALLER MIXTO

- Viernes 15 de mayo de 18:00 h a 20:00 h.
- **Actividad gratuita**

MUCHO MÁS Y MÁS ACTIVIDADES QUE SE ANUNCIARÁN MENSUALMENTE

ELLAS CUENTAN: Viernes 22 - mayo. Asociaciones de Mujeres de Torrent.

CINE: Viernes 29 - mayo y viernes 26 - junio

EXPOSICIONES: Amparo Sepulcre, de 8 de mayo al 22 de mayo. Gloria Ruíz Fernández, del 5 de junio al 19 de junio.

INTERCAMBIO DE LIBROS: 2º martes de cada mes.