CiOD

Centre d'Informació i Orientació de la Dona

PROGRAMACIÓ D'OCTUBRE A GENER DE 2017

Inscripcions a les activitats a partir de **DIMECRES , 14 DE SETEMBRE AL CIOD**

C. de les Escoles, 10 baixos - Tel. 93 462 11 21 - infodonaciod@sant-adria.net

Més informació a **www. sant-adria.net/serveis/igualtat, www. facebook.com/CIODDonesSantAdria**

TALLERS	DIA	HORARIS	CALENDARI	PREU TOTAL
IOGA	DILLUNS	9.30 - 11 h	03/10-30/01 (14 SESSIONS)	42€
TALLER DE DESENVOLUPAMENT PERSONAL. INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL	DILLUNS	15.15 – 16.45 h	10/10– 30/01 (12 SESSIONS)	GRATUÏT
TALLER DE DANSA ORIENTAL. Dansa del ventre i estil tribal	DILLUNS	17.15 - 18.45 h	03/10– 19/12 (10 SESSIONS)	27€
TALLER DE MEDITACIÓ I TÈCNIQUES DE RELAXACIÓ CORPORAL	DIMARTS	9.30 – 11 h	04/10-29/11 (8 SESSIONS)	21€
GIMNÀSTICA I G.A.P.	DIMARTS	15.30 – 16.30 h	04/10-24/01 (14 SESSIONS)	27€
APRÈN A UTILITZAR MILLOR EL TEU MÒVIL!!	DIMARTS	17.15 – 18.45 h	04/10-15/11 (6 SESSIONS)	17€
TALLER D'AUTOCONEIXEMENT PERSONAL I GESTIÓ DELS CANVIS	DIMECRES	9.30 – 11 h	05/10-30/11 (8 SESSIONS)	21€
ESPAI DONES I SALUT: LES EMOCIONS I LA NOSTRA SALUT. NIVELL 1 (Impartit per personal sanitari de l'ABS Dr. Barraquer)	DIMECRES	11.30 – 13 h	05/10-23/11 (7 SESSIONS)	GRATUÏT

Ajuntament de Sant Adrià de Besòs

Regidoria de Polítiques d'Igualtat

CiOD

Centre d'Informació i Orientació de la Dona

ESPAI DONES I SALUT: LES EMOCIONS I LA NOSTRA SALUT. NIVELL 1 (Impartit per personal sanitari de l'ABS Dr. Barraquer)	DIMECRES	11.30 – 13 h	30/11-25/01 (7 SESSIONS)	GRATUÏT
IOGA	DIMECRES	15.15 – 16.45 h	05/10-25/01 (14 SESSIONS)	42 €
TEATRE	DIMECRES	17.15 - 18.45 h	05/10-25/01 (14 SESSIONS)	42 €
TALLER GIMNÀSTICA. POSTURAL FITNES	DIJOUS	9.30 – 10.30 h	06/10-26/01 (14 SESSIONS)	27 €
TALLER DE DISSENY DECORATIU. Pintura sobre vidre i porcellana	DIJOUS	15.15 – 16.45 h	13/10– 22/12 (10 SESSIONS)	27 €
TALLER D'EMOCIONS, RELACIONS I SEXUALITAT	DIJOUS	17.15 -18.45 h	13/10 -27/10 (3 SESSIONS)	GRATUÏT
TALLER INICACIÓ A LA FOTOGRAFIA. Coneix la teva càmera**.**	DIJOUS	17.15 -18.45 h	27/10-01/12 (6 SESSIONS)	17 €
TALLER D'AUTOCURA FEMENINA. (Coneix els beneficis de la henna, de l'oli d'argan, del khool, màscares naturals...)	DIMARTS/ DIJOUS	17.15 -18.45 h	13/12-15/12 (2 SESSIONS)	GRATUÏT

Ajuntament de Sant Adrià de Besòs

Regidoria de Polítiques d'Igualtat

C. Les Escoles, 10 baixos • 08930 Sant Adrià de Besòs • Tel./Fax 93 462 11 21 • infodonaciod@sant-adria.net • www.sant-adria.net