

## LA CASA DE LES DONES T'OFEREIX:

- Polítiques de gènere
- Informació i orientació
- Atenció jurídica
- Atenció psicològica individual i grupal
- Inserció i ocupació laboral
- Espais de participació: Consell de les Dones per la Igualtat
- Associacions de dones que promouen la igualtat de gènere
- Espai didàctic, de treball tècnic per poder programar i impulsar projectes i actuacions d'igualtat de gènere i contra la Violència de Gènere
- Recursos i documentació
- Aula TIC
- Espais per a presentacions, tallers i cursos
- Sala d'estudis
- Espai d'exposicions
- Wifi gratis

## QUE ÉS LA CASA DE LES DONES?

És un espai amb la vocació de ser un punt d'encontre i la seu dels serveis i recursos específics i especialitzats dirigits a les dones, a més de la seu del Consell de les Dones per la Igualtat.

Es tracta d'una plataforma d'impuls i continuïtat de les polítiques d'igualtat amb la participació de totes les dones de la localitat.



Plaça Espanyoleto 15, Xàtiva  
96 228 98 52 - 678 869 129  
casadelesdones@xativa.es

HORARI CASA DE LES DONES  
De dilluns a divendres de 8:00h a 22:00h

HORARI D'ATENCIÓ PERSONALITZADA  
De dilluns a dijous de:  
Matí de 11:00h a 13:00h  
Vesprada de 15:30h a 17:30h

*\*Totes les activitats són gratuïtes, caldrà inscriure's prèviament a la Casa de les Dones.*



## PROGRAMACIÓ

# casa de les Dones

GENER-MARÇ  
2019



## TALLERS

### TALLER MINDFULNESS

Tots els Dimarts des del 15 de Gener de 17:30 a 19:00h  
Tots els Dijous des del 17 de Gener de 10:00 a 11:30h

### TALLER INFORMÀTICA AVANÇADA

Tots els Dimarts des del 15 de Gener de 10:00 a 12:00h  
Tots els Dilluns des del 14 de Gener de 15:30 a 17:30h

### TALLER DONA, SALUT I SÒL PÈLVIC

15 de Gener de 17:00h a 18:30h

### TALLER ACTIVITAT FÍSICA PER A LA MILLORA DE LA SALUT

17 de Gener de 17:00h a 18:30h

### TALLER DE NUTRICIÓ PER A LA MILLORA DE LA SALUT

22 de Gener de 17:00h a 18:30h

### PONTE FLAMENCA

Tots els Dijous des del 31 Gener- 7 Març de 18:00h a 20h

### CREA EL TEU ATRAPASOMNIS

Tots els Dimecres des del 6 de Febrer de 10:00 a 12:00h

### TALLER DE RISOTERÀPIA

Tots els Dimecres des del 13 de Febrer de 17:30h a 19:00h

### L'AUTOESTIMA: EL MOTOR DE LA FELICITAT

Tots els Dijous des del 14 de Febrer de 10 a 11:30h

### TALLERS INFORMÀTICA BÀSICA

21-23-25 de Gener de 10h a 12h  
28-30-1 de Gener i Febrer de 18h a 20h  
11-13-15 de Febrer de 10h a 12h  
18-20-22 de Febrer de 18 a 20h  
4-6-8 de Març de 10h a 12h

### "TALLER PER A LA MILLORA D'ACCÉS A L'OCUPACIÓ"

4-6-8 de Febrer de 18h a 20h  
25-27-29 de Març de 10h a 12h

### "TALLER DE POESIA CREATIVA" XATEBA

Dilluns alterns de 19 a 21h

### "TALLER LACTÀNCIA" PIT I PROU

11 de Gener a les 17:30h  
8 de Febrer a les 17:30h  
8 de Març a les 17:30h

### "TALLER TORNADA A LA FEINA, EXTRACCIÓ I CONSERVACIÓ DE LA LLET" PIT I PROU.

9 de Gener a les 17:30h

### TALLER PILATES TERAPÈUTIC

Tots els dimarts i divendres des del 15 de Gener de 9:30 a 10:45h

## XERRADES

### "QUE MENGEM? QUE COMPREM?"

25 de Gener a les 18:30h  
A càrrec de M<sup>a</sup> del Mar Esteve Mercado

### "UN FET ROMÀNTIC ES POLÍTIC: ALTRES FORMES DE VOLER-SE SÓN POSSIBLES".

28 de Febrer a les 18:30h  
A càrrec de Coral Herrero Gomez

### TERTÚLIES FEMINISTES DE XATEBA

18 de Gener a les 19h  
15 de Febrer a les 19h  
22 de Març a les 19h

### NOVES MASCULINITATS "ADULTOCENTRISME"

14 de març a les 18:30h  
A càrrec de Paco Herrero Azorin

## ALTRES ACTIVITATS

### GRUPS DE SUPERVIVENTS

#### GRUP DE DOL

**GRUP D'ACOMPANYAMENT**  
Tots els dilluns de 17:30 a 19:30h  
A càrrec de Xateba

#### INTRODUCCIÓ A L'OPERA

29 de Gener a les 18:00h  
A càrrec de Casimiro González

#### ENEAGRAMA

Dia 2 i 9 de febrer de 10 a 14h i de 16h a 19h

## ASSOCIACIONS

#### FIL PER RANDA

Dilluns 10 a 12h / 17 a 20h

#### ESCOLA DE LA VIDA

Dilluns i Divendres 17 a 19h

#### XATEBA

info@xateba.es

#### FENT CAMÍ

Dimarts 19 a 21h

#### COS NATURA

Dimarts 19 a 21h

#### LES BOLILLERES

Dijous 17 a 20h

#### PIT I PROU

pitiprou@gmail.com