



CURSOS I TALLERS PER A DONES

**2017-
2018**

**Literatura,
música
i art**

**Creixement
personal**

**Salut i
benestar**



**CENTRE D'INFORMACIÓ
I RECURSOS
PER A LES DONES
AJUNTAMENT
DE CORNELLÀ
DE LLOBREGAT**

NOVA TEMPORADA DE CURSOS I TALLERS AL CIRD (2017-2018)

El Centre d'Informació i Recursos per a les Dones (CIRD) ofereix cursos i tallers per

a dones de Cornellà de Llobregat pensats des d'una perspectiva de gènere i amb l'objectiu d'oferir una formació alternativa des de diferents vessants: millorar la seva autoestima i situació personal i visibilitzar a les dones que han fet història al món cultural, literari, de les arts i a diferents àmbits del coneixement i la societat.

Els cursos són gratuïts, oberts a totes les dones de Cornellà i es desenvolupen d'octubre a juny. Els cursos poden ser de matí o de tarda.

CREIXEMENT PERSONAL

- **Autoestima i equilibri emocional**

Míriam Paz, psicòloga

- **Atenció Plena - Intel·ligència emocional**

M. Carmen Martín, psicòloga de la UB

- **Vivir, amar, aprender**

Carme Boo, escriptora i terapeuta

- **Creativitat femenina**

Eva Rodríguez, creadora de "Une tu creatividad"

- **Enfoca't, Estima't**

Antonia Guerrero, psicòloga

TALLERS CULTURALS

- **Les dones de la "Generació del 36"**
Antonia Rodrigo, escriptora guardonada amb diferents premis literaris i especialitzada en biografies femenines
- **Història de la música clàssica**
Marc Heilbron, professor d'Història de l'Art i Música de l'ESMUC
- **Que han pensat les dones al llarg dels segles?**
María Elizalde, filòsofa i professora de la UB
- **Protagonistas femeninas de la historia, de la cultura y de la ciencia**
Andrés Gallego, llicenciat en Història
- **Taller de Cant coral**
Enric Gavaldà, músic i director de coral

SALUT

- **Taller de Dona i sexualitat**
Mónica Rabadán, psicòloga i sexòloga
- **Taller de nutrició: Secrets per a dones sanes**
Julio Basulto, dietista i nutricionista, col·labora en diversos mitjans de comunicació
- **Taller d'especialització: càncer de mama i exercici físic**
Instituto Profesional de Ejercicio Físico y Cáncer de Mama
- **Taller de fisioteràpia per a dones: sol pelvià i abdominals hipopressives**
Alba Núñez, fisioterapeuta d'escola perineal
- **Taller sobre salut: estrès, fibromialgia, ansietat**
Dr. Roger Mercader, psiquiatra

ALTRES

- **Tècniques personals i professionals per comunicar-nos millor**

Ramon Garrido, actor i especialista en comunicació

- **Taller de Tecnologies de la Informació i Comunicació**

Andrés Gallego, professor d'Informàtica

- **Taller de Defensa Personal**

Guàrdia Urbana de Cornellà de Llobregat

TARDES D'ÒPERA AL CIRD

**Del 4 d'octubre al 29 de novembre de 2017.
Dimecres de 17 a 19 h**

Marcel Gorgori, periodista especialitzat en òpera i creador i director de Sinfonova presentarà la nova temporada d'òpera al CIRD, amb sessions monogràfiques dedicades a les òperes més destacades així com a les grans veus.

Informació i inscripcions:

CENTRE D'INFORMACIÓ I RECURSOS PER A LES DONES

Mossèn Jacint Verdaguer, 16-18

08940 Cornellà de Llobregat

T. 934 742 841

ladona@aj-cornella.cat

Servei de guarderia prèvia sol·licitud



Ajuntament de
Cornellà de Llobregat

www.cornella.cat