

# TALLERS PRESENCIALS

Inscripcions al web i/o al telèfon del Centre Flassaders  
a partir del 16 de desembre

### ESPai DONA

#### **CUIDA'T: RECUPERACIÓ DEL SÒL PELVIÀ**

Dimecres del 12 de gener al 30 de març de 17.30h a 18.30h

#### **BIODANSA: DONES QUE CORREN AMB LLOPS**

Dijous del 27 de gener al 3 de març de 11h a 13h

#### **LA REBEL·LIÓ DE LES MUSES: ART, PATRIARCAT I REPRESENTACIÓ**

Dijous 3 de març de 17h a 20h

#### **SEXUALITAT INTEGRATIVA**

Dilluns 21 al divendres 25 de març de 17.30h a 20.30h

### ESPai PER A FAMÍLIES

#### **CRIANÇA ECOLÒGICA, CRIANÇA CONSCIENT**

Famílies amb infants de 0 a 3 anys

**APLAÇAT FINS A NOU AVÍS**

#### **DESLLLETAMENT RESPECTUÓS**

Famílies amb (o sense) nadons en període d'al·letament

Dijous 13 i dimecres 19 de gener de 17.30h a 19.00h

#### **EMOCIONA'T: APRÈN A RECONÈIXER I GESTIONAR EMOCIONS**

Famílies amb infants de 3 a 10 anys

Dimarts 18 de gener de 18h a 19.30h

#### **TOCA'M: ELS LLIBRES QUE NO ES LLEGEIXEN**

Famílies amb infants de 1 a 4 anys

24, 25, 26, 27 de gener de 17.30h a 18.30h

#### **HORT URBÀ PER A FAMÍLIES**

Famílies amb infants de 6 a 10 anys

Dijous del 17 de febrer al 24 de març de 17.30h a 19.30h

#### **PLE DE CONTES: CONTACTES EN FAMÍLIA**

Famílies amb infants de 2 a 6 anys

Dissabte 12 de febrer de 11h a 12h

#### **IOGA PER A FAMÍLIES**

Dilluns del 10 de gener al 28 de març

-Grup 01: famílies amb infants de 0 a 3 anys de 17.30h a 18.30h

-Grup 02: famílies amb infants de 4 a 12 anys de 18.30h a 19.30h

**Inici de les activitats a partir del 10 de gener**

**ATENCIÓ:** totes les activitats d'aquesta programació tenen places limitades, precisen d'inscripció i **poden canviar de modalitat** en funció de les mesures preventives que s'adoptin al centre.

Carrer de la Ferreria, 10

07002 Palma

Tel: 971 21 40 27

[www.flassaders.org](http://www.flassaders.org)

[flassaders.inscripcions@estudi6.net](mailto:flassaders.inscripcions@estudi6.net)

MÉS INFORMACIÓ A:





# TALLERS PRESENCIALS

## ESPai INFANTIL

### CREACTIVA'T. TALLER DE CREATIVITAT PER A INFANTS

Infants de 6 a 9 anys

15 de gener, 19 de febrer i 19 de març de 10.30h a 12.30h

### CIANOTÍPIA: L'ART DE LA FOTOGRAFIA MONOCROMÀTICA

Infants de 7 a 10 anys

7, 8, 9, 14, 15 i 16 de febrer de 18h a 19h

### CON LE MANI IN PASTA: ITÀLIA A FLASSADERS

Infants de 7 a 12 anys

Divendres del 11 de febrer al 18 de març de 17.30h a 19.30h

### DESCOBRINT DONES ARTISTES: SONIA DELAUNAY

Infants de 6 a 10 anys

Dissabte 5 de març de 10.30h a 12.30h

## ESPai VISIBLES

### FLASSALAB 2.0: TALLER DE RESTAURACIÓ DE MOBLES

Dilluns del 17 de gener al 28 de març de 10h a 12h

### INTRODUCCIÓ A L'HORT URBÀ AROECOLOÒGIC

Dimarts del 15 de febrer al 22 de març de 16.30h a 18.30h

### LA POESIA COM A EINA DE TRANSFORMACIÓ

Divendres del 21 de gener al 25 de febrer de 17h a 19h

### CREACCIÓ DE LÀMPADES ARTESANALS

Dilluns 24 de gener al 21 de febrer de 17h a 19h

### COMUNICACIÓ NO VIOLENTA: TRANSFORMEM LES RELACIONS

Dimecres 9 i 16 de febrer de 16.30h a 18.30h

### CINEMA, FEMINISMES I CURES

14, 15 i 16 de febrer de 16.30h a 19.30h

### CINEFÒRUM "LAS VENTANAS ABIERTAS": VISIBILITAT LÈSBIQUES

Dijous 17 de febrer de 17.30h a 20.30h

### GESTIÓ EMOCIONAL EN ADOLESCENTS ALTAMENT SENSIBLES

Joves entre 12 i 17 anys - Dijous del 3 al 24 de març de 17h a 19h

### VISIBILITZANT L'ENDOMETRIOSI: CURES I ACOMPANYAMENT

Divendres 11 de març de 17.30h a 19.30h

### SOUND TRILOGY: DESCOBREIX L'ESCENA MUSICAL UNDERGROUND BRITÀNICA

Dijous 10 de març de 19h a 20.30h - Taller en col·laboració del British Council

### L'ALIMENT QUE UNEIX AL MEDITERRANI

### EL ROL DE LA DONA RURAL A LES COMUNITATS DEL RIF

Dilluns 14 de març de 17.30 a 19.00h: inauguració de l'exposició i taula rodona

Exposició: del 14 al 28 de març - Taller i exposició en col·laboració amb CERAI

Carrer de la Ferreria, 10  
07002 Palma

Tel: 971 21 40 27

[www.flassaders.org](http://www.flassaders.org)

[flassaders.inscripcions@estudi6.net](mailto:flassaders.inscripcions@estudi6.net)

Inici de les activitats a partir del **10 de gener**

**ATENCIÓ:** totes les activitats d'aquesta programació tenen places limitades, precisen d'inscripció i **poden canviar de modalitat** en funció de les mesures preventives que s'adoptin al centre.



# TALLERS PRESENCIALS

Inscripcions al web i/o al telèfon del Centre Flassaders a partir del 16 de desembre

### ESPAI TIC

#### CORREU ELECTRÒNIC

Grup 01: Dilluns 24 de gener de 9h a 10.30h

Grup 02: Dilluns 21 de febrer de 9h a 10.30h

Grup 03: Dilluns 28 de març de 9h a 10.30h

#### INCLUSIÓ TIC

Grup 01: Dilluns, dimecres i divendres del 10 al 14 de gener de 9h a 11h

Grup 02: Dilluns, dimecres i divendres del 7 al 11 de febrer de 9h a 11h

Grup 03: Dilluns, dimecres i divendres del 14 al 18 de març de 9h a 11h

#### PROCESSADOR DE TEXTOS

Grup 01: Dilluns, dimecres i divendres del 17 al 21 de gener de 9h a 11h

Grup 02: Dilluns, dimecres i divendres del 14 al 18 de febrer de 9h a 11h

Grup 03: Dilluns, dimecres i divendres del 21 al 25 de març de 9h a 11h

#### NAVEGAR PER INTERNET

Grup 01: Dimecres 26 de gener de 9h a 10.30h

Grup 02: Dimecres 23 de febrer de 9h a 10.30h

#### CODI QR

Grup 01: Divendres 28 de gener de 9h a 10.30h

Grup 02: Divendres 25 de febrer de 9h a 10.30h

Grup 03: Dimecres 30 de març de 9h a 10.30h

#### INTRODUCCIÓ AL MANEIG DEL TELÈFON MÒBIL

Dimecres 2 i divendres 4 de febrer de 9h a 10.30h

#### CONEIX DONES IL·LUSTRES

Dilluns, dimecres i divendres del 7 al 11 de març de 9h a 11h

#### CIBERACTIVISME FEMINISTA

Dimecres 2 i dijous 3 de març de 16h a 18.30h

### ESPAI SALUT I BENESTAR

#### IOGA

Grup 01: Dijous de 9.30h a 10.30h

Grup 02: Dijous de 10.30h a 11.30h

#### PILATES

Grup 01: Dilluns de 10h a 11.00h

Grup 02: Dimarts de 16.30h a 17.30h

Grup 03: Dimarts 17.30h a 18.30h

Grup 04: Dimarts 18.30h a 19.30h

#### MINDFULNESS

Dissabtes quinzenals de 10 a 12h - Inici: 15 gener

### ESPAI GENT GRAN

#### MOU COSSOS - MOU OSSOS

Grup 01: Dilluns de 9h a 10h

Grup 02: Dimecres de 10h a 11h

#### MOU-TE AMB LA MÚSICA

Dimarts de 11h a 12h

#### NEURONES EN ACTIU

Grup 01: Dimarts de 10.30h a 11.30h

Grup 02: Dimarts de 11.30h a 12.30h

Grup 03: Dimarts de 18.00h a 19.00h

#### RECREAR-TE: ART, LONGEVITAT I DRETS

2 i 9 de febrer de 17.00h a 18.30h

TALLERS D'INSCRIPCIÓ ANUAL  
Primera convocatòria: tardor 2021

Carrer de la Ferreria, 10  
07002 Palma

Tel: 971 21 40 27

[www.flassaders.org](http://www.flassaders.org)

[flassaders.inscripcions@estudi6.net](mailto:flassaders.inscripcions@estudi6.net)

**ATENCIÓ:** totes les activitats d'aquesta programació tenen places limitades, precisen d'inscripció i **poden canviar de modalitat** en funció de les mesures preventives que s'adoptin al centre.

MÉS INFORMACIÓ A:





# TALLERS EN LÍNIA

Inscripcions al web i/o al telèfon del Centre Flassaders a partir del 16 de desembre

### ESPai TIC

#### NAVEGAR PER INTERNET

Grup 03: Dimarts 29 de març de 9h a 10.30h

#### APLICACIONS MÒBIL

Grup 01: Dimarts del 18 al 25 de gener de 9h a 10.30h

Grup 02: Dimarts 15 i dijous 17 de febrer de 9h a 10.30h

Grup 03: Dimarts 22 i dijous 24 de març de 9h a 10.30h

#### ANIMACIÓ AMB STOP-MOTION

Dimecres 12 de gener de 16h a 18.30h

#### CREACIÓ DE GIFS ANIMATS

Dimecres 16 de febrer de 17h a 18.30h

#### IL·LUSTRACIÓ DIGITAL

Dilluns 21 i dimecres 23 de febrer de 17h a 18.30h

### ESPai SALUT I BENESTAR

#### IOGA

Cada dimecres a partir del 12 de gener per YOUTUBE

#### PILATES

Cada dijous a partir del 13 de gener per YOUTUBE

### ESPai GENT GRAN

#### NEURONES EN ACTIU

Cada dijous a partir del 13 de gener per YOUTUBE

#### COSSOS CREATIUS

Cada divendres a partir del 14 de gener per YOUTUBE

Inici de les activitats a partir de l'**10 de gener**

Carrer de la Ferreria, 10

07002 Palma

Tel: 971 21 40 27

[www.flassaders.org](http://www.flassaders.org)

[flassaders.inscripcions@estudi6.net](mailto:flassaders.inscripcions@estudi6.net)

**ATENCIÓ:** totes les activitats d'aquesta programació precisen d'inscripció i poden canviar de modalitat en funció de les mesures preventives que s'adoptin al centre.

MÉS INFORMACIÓ A:

