



# CURSOS I TALLERS PER A DONES

Literatura,  
música  
i art

## NOVA TEMPORADA DE CURSOS I TALLERS AL CIRD (2019-2020)

Una formació gratuïta per a dones de Cornellà de Llobregat pensada des d'una perspectiva de gènere amb l'objectiu de millorar **l'autoestima** i la situació personal i **visibilitzar** les dones que han fet història al **món cultural**, literari, de les arts i a diferents àmbits del coneixement i la societat.

Creixement  
personal

Salut i  
benestar



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

# 1r TRIMESTRE

## OCTUBRE – DESEMBRE 2019

---

### **Taller sobre salut mental, dones i qualitat de vida**

📅 Dilluns ☉ 10.00–11.30 h

Dr. Roger Mercader, psiquiatra

### **Autoestima i equilibri emocional**

📅 Dilluns ☉ 16.30–18.30 h

Míriam Paz, psicòloga

### **Atenció Plena per millorar el benestar**

📅 Dimarts ☉ 10.00–11.30 h

M. Carmen Martín, psicòloga i professora de la UB

### **Mi propia voz: taller para relajarnos y disfrutar desde la autoestima 🌟 NOU!**

📅 Dimarts ☉ 10.00–12.00 h · Rosa Zaragoza, cantant

### **Taller de ràdio i comunicació**

📅 Dimarts ☉ 17.00–18.30 h · Ràdio Cornellà

### **Vivir, amar, aprender**

📅 Dimecres ☉ 9.30–12.30 h · Carme Boo, terapeuta

### **Enfoca't, Estima't**

📅 Dijous ☉ 10.30–12.30 h

Antonia Guerrero, psicòloga

### **Mujeres para la historia 🌟 NOU!**

📅 Dijous ☉ 11.00–12.30 h

Antonina Rodrigo, escriptora guardonada amb diferents premis literaris i especialitzada en biografies femenines

### **Barcelona, entorn al modernisme 🌟 NOU!**

📅 Dijous ☉ 16.30–18.00 h

Joan Astorch, historiador de l'art

## **TARDES D'ÒPERA AL CIRD**

---

### **Paraula d'òpera**

📅 Del 2 d'octubre al 27 de novembre 2019

A càrrec de Marcel Gorgori, periodista

Aforament limitat- Inscripcions al CIRD

## 2n TRIMESTRE GENER – MARÇ 2020

---

### **Anem a cuidar-nos** ✨ **NOU!**

📅 Dilluns ☉ 10.00–11.30 h

Susana Coromina, infermera

### **Feminisme al llarg dels temps**

📅 Dilluns ☉ 17.00–18.30 h

Patricia Martinez, professora del Departament d'Història i Arqueologia de la UB

### **Economia femenina i del bé comú**

📅 Dilluns ☉ 17.00–18.30 h

Conchita Rodríguez, economista

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

📅 Dimarts ☉ 10.00–12.00 h

Ramon Garrido, actor i especialista en comunicació

### **Meditació i cercles de dones** ✨ **NOU!**

📅 Dimarts ☉ 17.00–18.30 h

Eva Rodríguez, creadora de “Une tu creativitat”

### **Les filòsofes i la vida de les dones: pensament femení del segle XX** ✨ **NOU!**

📅 Dimarts ☉ 17.00–18.30 h

María Elizalde, filòsofa i professora de la UB

### **Trobades quinzenals:**

#### **Paraules d'autoestima** ✨ **NOU!**

📅 Dimecres ☉ 9.30–12.30 h

Carme Boo, terapeuta

#### **Deesses i Lobes: Llibres de dones** ✨ **NOU!**

📅 Dijous ☉ 10.30–12.30 h

Antonia Guerrero, psicòloga

#### **Dones dibuixant el seu camí**

📅 Dijous ☉ 17.00–18.30 h

Raquel Izaguirre i Clara Esteve, facilitadores en habilitats interpersonals

#### **Taller activa-MENT!**

📅 Divendres ☉ 9.30–11.00 h · AFA Baix Llobregat

# 3r TRIMESTRE ABRIL – JUNY 2020

---

## Taller de Dona i sexualitat

📅 Dilluns ☹ 17.00–18.30 h  
Mónica Rabadán, psicòloga i sexòloga

## Kit anglès per viatgeres 🌟 NOU!

📅 Dilluns ☹ 17.00–18.30 h  
Escola Oficial d'Idiomes

## Gerontologia

📅 Dimarts ☹ 17.00–18.30 h  
Mariangeles Cosculluela

## Posa't al dia amb les APP 🌟 NOU!

📅 Dijous ☹ 17.00–18.30 h

## Taller de Defensa Personal

Guardia Urbana de Cornellà de Llobregat

## Història de la música clàssica

Marc Heilbron, professor d'Història de l'Art i Música de l'ESMUC

## 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](http://www.cornella.cat)