

DIJOUS 21
**TERTÚLIA-CAFÉ "MEDIACIÓ:
L'ALTERNATIVA PER A LA
GESTIÓ DE CONFLICTES"**

Impartida per MEDIEM resolució de conflictes.
Lloc: Casal d'associacions. Av. Ausiàs March, núm. 3 (antic institut) Aula 5.
Hora: 15.30 a 17 h.

La complexitat de la societat actual demanda formes distintes de gestió dels conflictes que es plantegen, entre altres, en l'àmbit familiar, comercial o veïnal. La mediació és una d'elles. Vine a conèixer-la.

**TALLER DEMOSTRATIU
D'INDUMENTÀRIA
VALENCIANA PER A LA
DONA**

Impartit per Juanvi Mengual del grup "Dianium Danses de Dènia" i Rosa Lucía Pino. Lloc: Casal d'associacions.

Av. Ausiàs March, núm. 3 (antic Institut)
Aula 8. Hora: 20 h.

Com em pose el mocador? Sabràs vestir-te correctament!



DIVENDRES 22
BENISSA EN DANSA

Sevillanes, danses valencianes, dansa oriental, tango argentí, batuca, cabaret, bachata, ballet, salsa. Hora: 20,30 h.

Lloc: Centre Cultural. Saló d'actes
Un festival de balls i danses



DISSABTE 23
**XARRADA "LA DIETA SANA I
LA SALUT MENTAL"**

Per Maria Reyes Olmedo, psicòloga i Mar Tortosa, dietista. Clínica Benissa.
Lloc: Casal d'associacions. Av. Ausiàs March, 3 (antic Institut). Aula tallers, núm. 7.
Hora: 11.30 h.

"mens sana in corpore sano".

TALLER "DEPENDÈNCIES EMOCIONALS"

Impartit per Juanvi Capó, terapeuta Gestalt

Lloc: Casal d'associacions. Av. Ausiàs March, 3 (antic Institut).
Aula loga

Hora: de 16 a 20 h. (cal portar un coixí). Preu: 4 €. Inscripcions: Oficina de la Dona. Tel. 965730058, ext. 214 o participa@ayto-benissa.es



BÀSQUET FEMENÍ

CB Fdez. Consulting Benissa - CB Illicitano Elx
Lloc: Palau Sant Pere. Hora: 17 h.

Vine a animar a les esportistes benisseres!

DIMARTS 26

TALLER DE FENG SHUI (2a part)

Per Eva M. Carrasco. Consultora de salut de l'hàbitat. Especialista en geobiologia, radioestèsia i fengshui
Lloc: Casal d'associacions. Av. Ausiàs March, 3. Aula Formació, núm. 3
Hora: 17.30 a 20 h.

Nota important: es prega portar el plànol de l'habitatge/lloc de treball, marcant l'eix nord-sud amb brúixola.

"Com sentir-te bé en ta casa i millorar las relacions personals"

ORGANITZA:



AJUNTAMENT DE BENISSA



REGIDORIA D'IGUALTAT

COL·LABOREN:

Associació de mestresses de casa
Regidories de Cultura, Esports i Educació
Associació Karate Kobudo
La Col·lectiva
Art Performance
Baila con Montse
Alumnat Col·legi Pare Melchor
Alumnat Col·legi Manuel Bru
Club Tennis Buenavista
Agustín Prada i Raquel Lloret
Clínica Benissa
Asociación Teléfono de la Esperanza
Eva López Álvarez
Mediem, Resolució de Conflictes
Eva M. Carrasco
M^a Carmen Caselles Crespo (psicòloga)
Alumnat de l'Escola de Música i Dansa "Javier Santacreu"
Estilisme Kersia
Estètica i Imatge Tali
Marina Salut
Rosa Lucía Pino i Juanvi Mengual (Dianium Danses de Dènia)
Fons Valencià per la Solidaritat
Seu Universitària de Benissa, Vicerectorat de Cultura, Esports i Política Lingüística de la Universitat d'Alacant, Secretariat de Seus

SERVEI GRATUÏT D'ATENCIÓ JURÍDICA SAJ.

C/ Bilbao, núm. 6
Dilluns i dimecres, de 16.30 a 18.30 h.
Cita prèvia. Tel. 965731197

**DIA INTERNACIONAL DE
LA DONA**

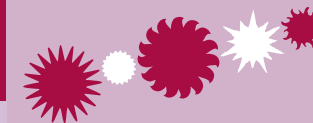


AJUNTAMENT DE BENISSA

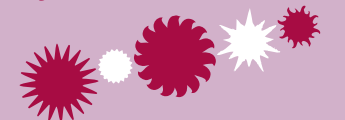


REGIDORIA D'IGUALTAT

Activitats
Commemoratives 2013



**PROGRAMA D'ACTIVITATS
MES DE MARÇ - 2013**





PROGRAMA D'ACTIVITATS MES DE MARÇ 2013

DISSABTE 2 FUTBOL SALA FEMENÍ

CDFS Benissa - Xaloc Alacant FS
Lloc: Palau Sant Pere. Hora: 16 h
Vine a animar a les esportistes benisseres!

DILLUNS 4 TALLER: "PRÀCTICA D'INICIACIÓ A LA MEDITACIÓ"

Per M^a Carmen Caselles Crespo. Psicòloga, postgrau en "mindfulness (atenció plena)"
Lloc: Casal d'associacions.
Av. Ausiàs March, 3 (antic Institut).
Sala de juntes, aula 5.
Hora: 16 h (duració 1 h)

Compartiràs una forma de relaxar-te en grup, controlant la ment i sentint el teu cos, aprenent a detectar els pensaments repetitius que ens provoquen ansietat i estrès en la nostra vida quotidiana. És una oportunitat d'estar "ací i ara" i gaudir del present, sent conscients dels nostres pensaments, sensacions i emocions.

XARRADA: "LA DONA A EL SALVADOR: UN RELAT DE SUPERACIÓ"

Lloc: Saló d'Actes Seu Universitària. Hora: 19,30 h.
Amb testimonis de Alba Márquez i Enia Galldàmez, membres de la "Asociación Nacional de Regidoras, Síndicas y Alcaldesas Salvadoreñas ANDRYSAS
Conèix de primera ma la realitat de les dones en països en vies de desenvolupament



DIMARTS 5 TALLER D'AROMATERÀPIA I QUIROMASSATGE: PRESENTACIÓ- DEMOSTRACIÓ

Realitzat per Eva López Álvarez. Quiromassatgista, reflexòloga i aromaterapeuta, membre d'APTNE (Associació Professionals Teràpies Naturals d'Espanya)
Lloc: Casal d'associacions. Av. Ausiàs March, 3 (antic Institut)

Aula tallers núm. 7. Hora: De 18 a 20 h.
Portar mocadors de paper i aigua per a beure.

Aprendrem a distingir olis essencials i les seues propietats per la memòria olfactiva, a formular mesclres per a donar passes bàsics d'automassatge i quiromassatge.



DIMECRES 6 TERTÚLIA-CAFÉ: "EL SERVEI D'ATENCIÓ JURÍDICA: 10 ANYS AL TEU COSTAT"

Impartida per Concepció Ginestar Ortola.
Advocada SAJ
Lloc: Casal d'associacions. Av. Ausiàs March, núm. 3 (antic Institut) Aula 5. Hora: 15.30 a 16.30 h.
Breu recorregut pels 10 anys d'existència del Servei

d'Atenció Jurídica (SAJ) de l'Ajuntament de Benissa i presentació dels nous serveis oferits.

TALLER DE MAQUILLATGE

Per professionals d'Estilisme Kersia
Lloc: Casal d'associacions. Av. Ausiàs March, 3 (antic Institut), Aula tallers, núm. 7
Hora: 17.30 h.
"La neteja és la base d'un bon maquillatge"
Pepa Giner.



DIJOUS 7 XARRADA: "QUI CUIDA AL CUIDADOR?"

Lloc: Saló d'actes de la Seu Universitària
Hora: 20.30 h
Impartida per Francisco Manuel Sabuco, psicòleg i vicepresident del Telèfon de l'Esperança.
Claus perquè el cuidador mantinga el seu benestar emocional.

DIVENDRES 8 Celebrem el DIA DE LA DONA DIA LOCAL DE LES MESTRESSES

13 h. Missa
14 h. Dinar
Organitza: Associació de Mestresses de Benissa

Inauguració EXPOSICIÓ: MURALS DE CERÀMICA

Alumnes de Ceràmica de l'Escola d'Adults de Benissa
Lloc: Centre d'Art Taller d'Ivars. Sala d'exposicions
Hora: 20 h
Visites del 8 al 24 de març.

Horari de visites: De dimarts a diumenge, de 18:30 a 20:30 h (dilluns tancat) Matins: visites concertades

CINEFÒRUM: "DONA I SALUT: MALALTES DE DESENCANT"

al voltant de la maternitat. Realitzat per La Col·lectiva
Lloc: Saló d'actes Seu Universitària
Hora: 20.30 h

DISSABTE 9 TALLER DE CUINA SALUDABLE VEGETARIANA

Impartit per Anna Morera
Horari: 10.30 a 16 h.
Inscripcions: Oficina d'Igualtat, tel. 965730058, ext. 214 o participa@ayto-benissa.es
Places limitades per rigorós ordre d'inscripció.
Els beneficis de menjar bé.



BASQUET FEMENÍ

CB Benissa - CB llicitano (Elx)
Lloc: Palau Sant Pere
Hora: 17 h
Vine a animar a les esportistes benisseres!



DIUMENGE 10 TORNEIG AMATEUR DE PÀDEL FEMENÍ

Lloc: Pistes de pádel. Av. Ausiàs March 3
Hora: de 10 a 14 h
Inscripcions: Oficina d'Igualtat.
Tel. 965730058, ext 214 o participa@ayto-benissa.es
Participa!



DILLUNS 11 XARRADA: "CURES DENTALS DURANT L'EMBARÀS I DURANT ELS PRIMERS ANYS DEL TEU FILL"

Per la Dra. Alexandra Rodríguez, dentista i ortodontista de la Clínica Benissa.
Lloc: Seu Universitària. Sala d'actes
Hora: 18 h.
"Salut bucodental en eixos moments"

DILLUNS 11

XARRADA: "PREVENCIÓ DE CÀNCER"

(mama, còlon, recte i pulmó)
Pel Dr. Francisco Buigues i Dra. M^a Teresa Puigcerver.
Lloc: Seu Universitària. Sala d'actes. Hora: 20 h.
Val més curar-se amb salut.

DIMARTS 12 TALLER DE MAQUILLATGE

Per Estètica i Imatge "Tali"
Lloc: Casal d'associacions. Av. Ausiàs March, 3 (antic Institut). Aula tallers, núm. 7
Hora: 15.30 h Portar espill de mà i pinzells.
"Una bona imatge pot ajudar-te".



TALLER DE FENGSHUI (1a part)

Per Eva M. Carrasco. Consultora de salut de l'hàbitat. Especialista en geobiologia, radioestèsia i fengshui.
Lloc: Casal d'associacions. Av. Ausiàs March, 3. Aula Formació, núm. 3

Hora: 17.30 - 20 h.
Nota important: es prega portar el plànol de la vivenda/lloc de treball, marcant l'eix nord-sud amb brúixola.
"Com sentir-te bé en ta casa i millorar les relacions personals"



DIMECRES 13 XARRADA: "URGÈNCIES PEDIÀTRIQUES"

Per la Dra. Sara Prieto i la infermera Victoria Pino.
Lloc: Seu Universitària. Saló d'actes. Hora: 20 h



DIJOUS 14 RECITAL DE CANT I PIANO

A càrrec de Pepa García i Virtudes Narejos. Obres de les compositores Clara Schumann, Matilde Salvador i Anna Cazorra.
Lloc: Centre Cultural, Saló d'Actes. Hora: 20 h.
Organitza: Vicerectorat de Cultura, Esports i Política Lingüística de la Universitat d'Alacant, Secretariat de Seus.

Un concert en clau de dona

HOMENATGE a M^a Purificació Planells Ivars

Lloc: Centre Cultural. Saló d'actes. Hora: 20.45 h
Un exemple de solidaritat i generositat



DIVENDRES 15 PRESENTACIÓ DEL LLIBRE DE POESIA "MÀGIA D'UNA VALL" de Pepa Vidal i fotografies de Mischa Fulljames.

Escrit en valencià, amb traduccions al castellà.

Inauguració EXPOSICIÓ DE PINTURA A L'OLI I DE FOTOGRAFIA

"Naturaleza y Armonia - Nature & Harmony" de Penelope Fulljames i Mischa Fulljames."
Lloc: Seu Universitària. Hora: 19.00 h. Visites del 15 al 29 de març
Horari de visites: De dilluns a divendres, de 10 a 13 hores i de 17 a 21 h.



DISSABTE 16 TALLER DE DEFENSA PERSONAL

Lloc: Casal d'associacions. Sala polivalent
Horari del taller: de 17 a 19 h.
Organitza: Associació Karate Kobudo
Apre'n a defensar-te!

DIMECRES 20 MOSTRA I DÈGUSTACIÓ DE "CANAPÉS I VOL-AU-VENT"

Lloc: Seu Mestresses. Av. País Valencià, 97. Hora: 17.30 h
Un plaer per a la vista i per al gust, vine a assaborir-ho!

