

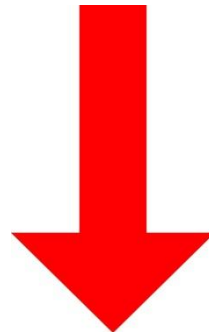
ASOCIACIÓN TOC

CUADRANTE DE TALLERES 2018

***A los talleres se puede acudir libremente sin inscripción previa, salvo Equinoterapia, Terapia con Perros, Quiromasaje y Spa Relax (circuitó termal). Para inscribirse en alguno de estos cuatro talleres o consultar cualquier duda sobre las actividades y talleres en general contactar con la coordinadora de los mismos, Kety en el TELF: 958 958 062- 659 94 46 43 Podéis apuntaros a los talleres por teléfono o mediante Whatsapp al número de Kety 659 94 46 43.

***. *Aquellos que vengan por el programa "Ven a Concernos" cuentan con una semana gratis en todos los talleres.*

***** PARA LA PARTICIPACIÓN EN CUALQUIERA DE NUESTROS TALLERES SE RUEGA PUNTUALIDAD!!!**



ASOCIACIÓN TOC GRANADA: TALLERES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
YOGA	CADA LUNES 15€ mes. Traer esterilla GRUPO 1: 17,30-18,45 H GRUPO 2: 18,45-20,00 H						
CREATIVIDAD E IMPROVISACIÓN				CADA JUEVES, 19,15 a 20,15 h. GRATUITO			
MINDFULNESS			CADA MIÉRCOLES .17,30 -19,00 h 15€ mes. (ropa cómoda y traer esterilla).				
SEXUALIDAD			1º y 3º MIÉRCOLES DE CADA MES. GRATUITO.19,00-20,00 h.				
GESTIÓN DEL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD			2º Y 4º MIÉRCOLES DE CADA MES. GRATUITO.19,00-20,00 h.				
EQUINOTERAPIA (MONTA O INTERACCIÓN)				CADA JUEVES DE 10,00 A 13,30 H.INFORMACIÓN: KETY 659 94 46 43 45 €/mes (14 horas mes).			
AUTOESTIMA, MOTIVACION Y HABILID. SOCIALES				CADA JUEVES .17,30-19,00 h. 15€ mes.			
TERAPIA CON PERROS					CADA VIERNES. 10.00 -11,00 h. 20€ mes. **		
AYUDA MUTUA		TODOS LOS MARTES DEL MES 17,30-19,30 GRATUITO			TODOS LOS VIERNES DEL MES 17,30-19,30 GRATUITO		
AYUDA FAMILIARES					1º Y 3º VIERNES DE CADA MES.19,30-21,00. (Si es festivo,pasa al siguiente viernes.) GRATUITO		
QUIROMASAJE (MASAJE ANTIESTRES)					TODOS LOS VIERNES DEL MES .Tardes. Desde las17,0 h, se sucederan 5 sesiones (1 usuario por sesión) de 45" hasta las21,30 h. 8€ sesión.		
CULTURAL					CADA SÁBADO 10,00 h. Quedamos en la puerta de la Virgen de las Angustias o Maquetas Alhambra. Consultar. GRATUITO		
ROMPE CON TU SOLEDAD					1º Y 3º SABADO DE CADA MES.18,00-21,00. GRATUITO. Información Kety: 659 94 46 43		
SENDERISMO							CADA DOMINGO siempre que el tiempo lo permita 10,00 h a 13,30 Quedamos en la sede. GRATUITO
SPA RELAX (CIRCUÍTO TERMAL)	ACTIVIDAD PARA USUARIOS Y FAMILIARES QUE FUNCIONA POR BONOS. EL PRECIO DEL BONO SERÁ DE 9,90 €. CADA BONO DA DERECHO AL USO DE LAS INSTALACIONES DE SPA DURANTE HORA Y MEDIA EN EL ESTABLECIMIENTO ELEGIDO ENTRE LOS ESPECIFICADOS EN EL MISMO. SE REQUIERE LLEVAR BAÑADOR, TOALLA, CHANCLAS Y GORRO DE BAÑO. LOS BONOS PUEDEN ADQUIRIRSE EN LA SECRETARÍA DE LA SEDE O EN LA CASA DE CAMPO "LA ENCINA". CONVIENE, ADQUIRIDO EL BONO, LLAMAR AL HOTEL ELEGIDO EL DÍA ANTERIOR (O DOS DÍAS ANTES SI VA A USARSE EN FIN DE SEMANA) PARA RESERVAR EL MOMENTO EN QUE UTILIZAREMOS. EL SPA MÁS CERCANO A LA SEDE ES EL SPA HOTEL GRANADA PALACE EN MONACHIL, A UNOS 800 METROS DE LA ASOCIACIÓN. LOS OTROS DOS ESTABLECIMIENTOS CON LOS QUE TENEMOS ACUERDO SON: BAÑOS ÁRABES. HOTEL MACIÁ REAL DE LA ALHAMBRA Y DUSCH SPA HOTEL MACIÁ FIVE SENSES, AMBOS EN GRANADA .						

EL PRECIO DE CADA TALLER ES ORIENTATIVO Y SE CONSIDERARÁ DONATIVO: QUIEN NO PUEDA PAGARLO, O SÓLO PUEDA PAGAR PARTE, NO PERDERÁ EL TALLER. NADIE PERDERÁ UN TALLER EN EL QUE ESTÉ INTERESADO POR RAZÓN ECONÓMICA.

Independientemente de estos talleres fijos, la Asociación TOC GRANADA organiza frecuentemente otros talleres de interés (danzaterapia, incapacidad/discapacidad, manualidades...); jornadas gastronómicas y de convivencia; viajes culturales y de naturaleza, etc. La información al respecto se publicará en nuestra WEB, REDES SOCIALES y GRUPOS DE WHATSAAP.