



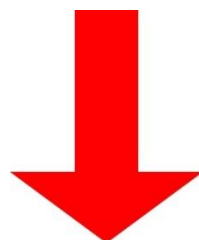
ASOCIACIÓN TOC
GRANADA

CUADRANTE DE TALLERES 2019

***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!!!***



TALLERES DE LA ASOCIACIÓN TOC GRANADA				
LUNES	YOGA: Cada lunes 15€ mes. (traer esterilla): 17,30-18,45 h		TALLER DE LOS CUATRO PASOS: Cada lunes de meses alternos: se empieza por noviembre (cada lunes de noviembre, se descansa diciembre y se vuelve en enero cada lunes): 19,00 a 20,00. 10€ mes	
MARTES	AYUDA MUTUA: Todos los martes del mes 17,30-19,30 h. Gratuito	TALLER DE TEATRO: Todos los martes de 19,30 a 20,30 h. 5€ mes.		
MIÉRCOLES	MINDFULNESS: Cada miércoles .17, 30 -19,00 h 15€ mes (traer ropa cómoda y esterilla).	TALLER DE 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.	
JUEVES	EQUINOTERAPIA (MONTA O INTERACCIÓN): Cada jueves de 10,00 a 13,3º. Información: kety 659 94 46 43 45 €/mes (14 horas mes).		AUTOESTIMA, MOTIVACIÓN Y HABILIDADES SOCIALES: Cada jueves .17, 30-19,00 h. 15€ mes.	CREATIVIDAD E IMPROVISACIÓN: Cada jueves, 19,15 a 20,15 h. Gratuito
VIERNES	TERAPIA CON PERROS: Cada viernes. 10.00 - 11 00 h. 20€ mes.	AYUDA MUTUA: Todos los viernes del mes 17,30-19,30 h. Gratuito	AYUDA FAMILIARES: 1º y 3º viernes de cada mes. 19,30-21,00 h (si es festivo, pasa al siguiente viernes). Gratuito	
SÁBADO	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 sábado de cada mes.18, 00-21,00. Gratuito. Información kety: 659 94 46 43	
DOMINGO	SENDERISMO: Cada domingo siempre que el tiempo lo permita. De 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.