

CUADRANTE DE ACTIVIDADES Y TALLERES PARA EL VERANO.



- * Debido a que se han tenido que introducir varios cambios y ajustes horarios en nuestras actividades con vistas a los meses veraniegos, os dejamos el CUADRANTE DE VERANO. **VA A SER EL QUE USEMOS DURANTE LOS MESES DE JUNIO Y JULIO. EN AGOSTO NO HAY ACTIVIDAD**, como sabéis. Estará vigente hasta que os comunicamos que volvemos al cuadrante original para todo el año 2015. **Hemos resaltado los cambios que se producen desde hoy con fondo amarillo** y, **los ultimísimos, en fondo con fondo rosa**: es muy posible que no tengáis problemas para localizarlos... Destacamos el inicio de los talleres de YOGA, AUTOESTIMA Y PSICODRÁMA y la excursión al Río Chillar del 20 de junio.
- * Como siempre, insistimos en que para efectuar una buena planificación y organización de los talleres y actividades, ES IMPORTANTE QUE CONFIRMÉIS VUESTRA PARTICIPACIÓN en los mismos contactando con KETY, cuyos mail y teléfono os dejamos a continuación:
 - MAIL: ketryp64@gmail.com
 - TELF: 958 958 062 - 659 94 46 43.

Aquellos que ya estén inscritos en alguno de los talleres y deseen continuar el siguiente mes, deben también renovar su inscripción haciéndola llegar a kety. Agradecemos vuestra colaboración.

- * *Debido a la limitada disponibilidad de caballos, el taller de EQUINOTERAPIA admite un MAXIMO DE 5 PARTICIPANTES, por lo que recomendamos confirmen cuanto antes su participación todos aquellos que estén interesados.*



TALLERES Y ACTIVIDADES PERIÓDICAS PARA 2015.



*** CONSULTAR EN LA SIGUIENTE PÁGINA LAS ACTIVIDADES OCASIONALES Y EN PREPARACIÓN

DIA	TALLER	HORA	LUGAR	PRECIO	DURACIÓN
<p>*****NOTA IMPORTANTÍSIMA: EN JULIO, TODOS LOS TALLERES QUE SE CELEBRAN NORMALMENTE EN LA CASA DE LA CULTURA, AYUDA MUTUA Y ATENCIÓN A FAMILIARES INCLUIDOS, SE CELEBRARÁN EN EL HOTEL LA ENCINA CENTENARIA (SI NO SABES LLEGAR O NO TIENES VEHÍCULO, PUEDES ESTAR 15 MINUTOS ANTES EN LA CASA DE LA CULTURA PARA QUE TE LLEVEN)*****</p>					
LUNES	Yoga	18:00/19:30	Casa de la Cultura	15€/mes	Del 1 de junio a final de año
	Autoestima	19:30/21:30	Casa de la Cultura	15€/mes	De 8 de junio a 27 de julio: 8 lunes
MARTES	Equinoterapia	10:00/12:30 *HORARIO DE JULIO: DE 18,30 a 20,30.	Caja Rural del Barrio de Monachil (9:45) o Centro de Equinoterapia (10:00)	9€ día	Todo el año
MIÉRCOLES	Taller de Mindfulness	18,45/20,45	Casa de la Cultura	15€/ al mes	Todo el año
JUEVES	Equinoterapia	10:00/12:30 *HORARIO DE JULIO: DE 18,30 a 20,30.	Caja Rural del Barrio de Monachil (9:45) o Centro de Equinoterapia (10:00)	9€ día	Todo el año
VIERNES 1º DE CADA MÉS *SI SON FESTIVOS PASAN AL SIGUIENTE VIERNES	Taller ayuda mutua afectados	18:00/20:00	Casa de la Cultura	Gratis	Todo el año
	Taller para familiares	20:00/21:30	Casa de la Cultura	Gratis	Todo el año
VIERNES 3º DE CADA MES	Taller ayuda mutua afectados	18:00/20:00	Casa de la Cultura	Gratis	Todo el año

PROGRAMA ACTIVIDADES 2015

*SI SON FESTIVOS PASAN AL SIGUIENTE VIERNES					
SÁBADOS 1º Y 3º DEL MES	Taller Cultural	09:30/13:30	Puerta Iglesia Virgen de la Angustias. <u>Granada</u>	Gratis	Todo el año
	Rompe tu soledad (Entre Amigos)	18:00/21:00	Calle Horno Espadero Nº 22, <u>Granada</u> (Junto calle San Antón) Telf. De la Esperanza/958261516	Gratis	Todo el año
RESTO DE SÁBADOS (2º Y 4º)	Taller Cultural	09:30/13:30	Puerta Iglesia Virgen de la Angustias. <u>Granada</u>	Gratis	Todo el año
DOMINGO	Senderismo	9:00/13:00	Casa de la Cultura	Gratis	Todo el año
	Piscina	13:00/20:30	Casa de Aurelio y con ropa de baño y toalla.	Gratis, aportando cada uno fiambra o bocata para comer.	Mientras lo permita el clima

TELLERES OCASIONALES, EN ESTUDIO Y EN PREPARACIÓN.

TALLER	ACTIVIDAD	FECHA	PRECIO	DURACIÓN
EXCURSIÓN AL RÍO CHILLAR, NERJA	EXCURSIÓN AL RÍO CHILLAR Y SU ENTORNO. PUEDES CONOCERLO EN EL VÍDEO DEL ENLACE: https://www.youtube.com/watch?v=5uAq7GY5p-o LLEVAR COMIDA, ZAPATILLAS VIEJAS Y BASTONES (VALEN 2 PALOS DE FREGONA O SIMILAR). SERÁ IMPRESCINDIBLE CONFIRMAR ASISTENCIA.	20 DE JUNIO. SALIDA A LAS 8,45 HORAS DESDE LA CASA DE LA CULTURA.	GRATUITO	ESA JORNADA. PARA VER QUE HA SIDO TODO UN ÉXITO NO HAY MÁS QUE MIRAR LAS FOTOS PUBLICADAS EN FACEBOOK
VISITA AL CENTRO DE EQUINOTERAPIA	VISITA CON APERITIVO AL CENTRO DE EQUINOTERAPIA	17 JULIO. QUEDAMOS A LAS 8,30, DESPUÉS DE AYUDA MUTUA, EN EL HOTEL LOS CEREZOS.	3 € PARA COSTEAR EL APERITIVO A TOMAR, QUE PODRÍA SER UNOS PINCHITOS PARA HACERLOS ALLÍ Y UNOS REFRESCOS QUE NOS SIRVAN DE CENA.	ESA JORNADA
VIAJANDO JUNTOS POR ESPAÑA	VIAJE A CANTABRIA. PARA MÁS INFORMACIÓN, VISITA EN NUESTRA WEB LA ENTRADA "TE VIENES A CANTABRIA???"	4 DE OCTUBRE	249 € POR PERSONA EN HABITACIÓN DOBLE/339 EN INDIVIDUAL	6 NOCHES/7 DÍAS
GASTRONÓMICO	PARRILLADA ARGENTINO-ESPAÑOLA QUE PREPARARÁ UN EXPERTO EN LA MATERIA.	DOMINGO, 26 DE JULIO.	5€	ESA JORNADA
PSICODRÁMA	EL TALLER DE PSICODRÁMA TENDRÁ SU PRÓXIMA SESIÓN EL VIERNES, 24 DE JULIO, A LAS 18 HORAS, EN EL HOTEL LA ENCINA CENTENARIA (SIN NO SABES LLEGAR O NO TIENES VEHÍCULO, PUEDES ESTAR 15 MINUTOS ANTES EN LA CASA DE LA CULTURA PARA QUE TE LLEVEN). TENDRÁ UNA DURACIÓN DE 4 HORAS Y CARÁCTER GRATUITO. SERÁ DIRIGIDO POR CONCHA MERCADER LARIOS, PSICÓLOGA DE NUESTRA ASOCIACIÓN HERMANA TOCAS (ASOCIACIÓN DE TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO DE SEVILLA). NO HAY MÁS REMEDIO QUE LIMITAR LAS PLAZAS A 15 PARTICIPANTES, POR LO QUE LA PREVIA INSCRIPCIÓN ES ABSOLUTAMENTE NECESARIA (YA SABÉIS, PODÉIS INSCRIBIROS CONTACTANDO CON KETY USANDO SU MAIL O LOS TELÉFONOS FACILITADOS EN LA PÁGINA 1)			
MANUALIDADES	ESTE TALLER QUEDA SUSPENDIDO HASTA NUEVO AVISO			