Associació de Dones per la Igualtat
**Ermessenda**
de Santa Cristina d'Aro

**Correu electrònic: associacioermessenda@gmail.com**

**Web: www.ermessenda-sca.org**

**Telèfon: 667 980 085**

**HI COL·LABORA:** Ajuntament de Santa Cristina d'Aro

**ACTIVITATS DEL QUART TRIMESTRE 2026**

## DILLUNS:

**REUNIÓ DE JUNTA:** de 10:00 a 13:00h.
A l'Espai Polivalent (abans Punt d'Igualtat), Passatge Pompeu Fabra, nº 2.
**IOGA TERAPÈUTIC (Grup A):** de 09:15 a 10:15h. A càrrec de Candy Gil.
**IOGA TERAPÈUTIC (Grup B):** de 10:30 a 11:30h. A càrrec de Candy Gil.
**IOGA HATHA (Grup A):** de 17:30 a 18:45h. A càrrec d'Ana Blanco.
**IOGA HATHA (Grup B):** de 19:00 a 20:15h. A càrrec d'Ana Blanco.
A la sala gran de la Rectoria. Aforament limitat.

## DIMARTS:

**SENDERISME:**
Trobada davant Oficina Turisme. Gratuït.
**PER L'ENTORN (excepte quan es faci la Ruta del Ter):** de 09:30 a 13:00h. A càrrec de Carme Condom.
**RUTA DEL TER:** A càrrec de Carme Condom.
**Dies: 20/10, 24/11 i 22/12. Horari a concretar en cada cas, en funció del tram. Tot el dia..**
**TALLER DE GESTIÓ D'EMOCIONS:** de 18:00 a 20:00h. A càrrec d'Àngels Ferrao.
A l'Espai Polivalent (abans Punt d'Igualtat). Aforament limitat. **Només per a sòcies i socis.** Gratuït.
**Dies: 20/10, 24/11 i 15/12.**
**LLEGIM AMB ERMESSENDA:** de 18:30 a 20:00h. A càrrec de Carme Vidal.
Al local annex a la Sala d'Exposicions de la Caixa. Aforament limitat. Gratuït.

## DIMECRES:

**ELS ENCANTS DE SCA (recepció articles):** de 10:30 a 13:00h. A càrrec de Sílvia Fonoll i Janette Huguet.
Al local d'Els Encants", a la Deixalleria Municipal.
**IOGA HATHA (Grup A):** de 17:30 a 18:45h. A càrrec d'Ana Blanco.
**IOGA HATHA (Grup B):** de 19:00 a 20:15h. A càrrec d'Ana Blanco.
A la sala gran de la Rectoria. Aforament limitat.
**TALLER DE RESTAURACIÓ:** de 17:00 a 19:00h. A càrrec de Sílvia Fonoll i Margarita Costa.
A l'antiga Sala de Plens de l'Ajuntament vell, Pça. Mn. Baldiri Reixac. Aforament limitat. **Només per a sòcies i socis.** Gratuït.
**MINDFULNESS:** de 19:00 a 20:00h. A càrrec de Laura Mitrani.
A la sala d'Exposicions de la Caixa. Aforament limitat.

## DIJOUS (matins):

**MINDFULNESS (iniciació):** de 08:30 a 09:30h. A càrrec de Laura Mitrani.
A la sala d'Exposicions de la Caixa. Aforament limitat.
**IOGA TERAPÈUTIC (Grup A):** de 09:15 a 10:15h. A càrrec de Candy Gil.
**IOGA TERAPÈUTIC (Grup B):** de 10:30 a 11:30h. A càrrec de Candy Gil.
A la sala gran de la Rectoria. Aforament limitat.
**TUTORIA D'INFORMÀTICA:** de 10:00 a 11:30h. A càrrec de Carme Condom.
Lloc a determinar en cada cas. **Només per a sòcies i socis.** Gratuït, però cal cita prèvia.

## DIJOUS (tardes):

**TALLER CREATIU I SOCIAL:** de 16:30 a 18:30h. A càrrec de Janette Huguet i Pepa León.
A l'Espai Polivalent (abans Punt d'Igualtat) o segons activitat. Gratuït.
**TROBADES DE MITJA I GANXET:** de 16:30 a 20:00h. A càrrec de Rosa Mª Arnau i Pepa León.
A l'Espai Polivalent (abans Punt d'Igualtat). **Només per a sòcies i socis.** Gratuït.

## DIVENDRES:

**MARXA NÒRDICA:** de 09:30 a 12:30h. A càrrec de Carme Condom.
Trobada davant Oficina Turisme. Gratuït.
**ELS ENCANTS DE SCA (recepció articles):** de 10:30 a 13:00h. A càrrec de Sílvia Fonoll i Janette Huguet.
Al local d'Els Encants", a la Deixalleria Municipal.

## DISSABTES:

**ELS ENCANTS DE SCA:** de 09:00 a 13:00h. A càrrec de Sílvia Fonoll i Janette Huguet.
Al local d'Els Encants", a la Deixalleria Municipal. **Dies: 03/10, 07/11 i 05/12.**
**BALLEM SARDANES AMB ERMESSENDA:** de 11:00 a 13:00h. A càrrec del grup "La Colla d'Ermessenda".
A la Plaça del Mercat. Gratuït. **Dies: 10/10, 24/10, 07/11, 21/11, 05/12 i 19/12.**

* * * * * *

## ANEM A TEATRE / ÒPERA AMB ERMESSENDA

Podreu veure amb tot detall les propostes que us oferim per anar a teatre o a òpera en un altre díptic específic per aquestes activitats.

## ALTRES ACTIVITATS:

**Projectes socials** **Sortides lúdic-culturals** **Xerrades**

Es comunicaran oportunament i, a excepció de les xerrades que són gratuïtes, la resta d'activitats tindran un preu molt ajustat, amb descomptes per sòcies i socis d'Ermessenda.

* * * * * *

## NOTES MOLT IMPORTANTS:

**Alguns horaris i espais indicats en aquest díptic podrien patir alguna modificació. Assegureu-vos-en, en cas que us interessi alguna de les activitats.**
**INSCRIPCIONS, PAGAMENTS I CONSULTES:** contacteu-nos al telèfon **667 980 085** o al correu **associacioermessenda@gmail.com.**
**INICI ACTIVITATS QUART TRIMESTRE 2026:** dijous 01/10 (consulteu el xat de whatsApp de cada activitat).
**QUOTA ASSOCIACIÓ:** Es domiciliarà el rebut anual al compte bancari facilitat per cadascú, durant el mes de gener o al inici de cada activitat les/els qui facin la primera inscripció. La quota anual (de gener a desembre) del 2026 és manté en 25€.
**PREU IOGA:** dues sessions a la setmana. Preu Ioga terapèutic: 39€/mes o 28€/mes(sòcies i socis). Preu Ioga Hatha: 44€/mes o 33€/mes (sòcies i socis).
**PREU MINDFULNESS:** una hora a la setmana. 19,50€/mes o 14,50€/mes (sòcies i socis).
**FORMA DE PAGAMENT:** per domiciliació bancària al compte bancari facilitat per cadascú.