



PROGRAMA D'ACTIVITATS



AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA



Espai Dones
i Igualtat



Unitat
d'Igualtat



ANY 2022

GENER A MARÇ



Espai Dones
i Igualtat
València



AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA



Unitat
d'Igualtat
Marim



**Si vius
a
València,
no t'ho
pots
perdre...**

APUNTAT!

PARTICIPA!

GAUDEIX!

¡Benvingudes a l'Espai Dones i Igualtat i la Unitat d'Igualtat del Marítim!

•Et presentem el programa de tallers que realitzarem en els pròxims mesos. Amb aquesta oferta ens agradaria que trobares l'espai on poder créixer, conèixer, voler, meditar, treballar les emocions, dansar,... i sobretot reflexionar sobre la realitat que vivim com a dones, ja que de la reflexió sorgeixen les propostes d'acció, de creixement i de canvi.

.Som conscients de les desigualtats estructurals entre dones i homes i de les discriminacions que patim com a dones, i amb aquestes activitats volem desenvolupar una major confiança en les nostres capacitats i talents, i promoure la sororitat entre nosaltres per a contribuir a una societat més justa i equilibrada.

•Malgrat el COVID i de totes les dificultats que comporta, volem continuar programant activitats, respectant al màxim la seguretat i la normativa sanitària, per a generar un entorn segur.

**PROGRAMACIÓ
ACTIVITATS
GÈNER, FEBRER
I MARÇ 2022**

Servei d'interpretació en
llengua de signes prèvia
inscripció i sol·licitud



**TERMINI DE
SOL.LICITUD:**

**DEL 1 AL 7
DE
DECEMBRE
DE 2021**

**(tot dos
inclusivament).**

PROCEDIMENT DE SOL.LICITUD

-Per a sol·licitar els tallers, presenta la INSTÀNCIA DE SOL·LICITUD amb un màxim de 3 tallers, amb l'ordre de prioritats desitjats, però només es podrà obtenir plaça en un màxim de 2 en aquesta convocatòria.
-Cada taller només es podrà realitzar una vegada.

REQUISITS: Residir a la ciutat de València / Majors de 18 anys / Els específics de cada activitat.

-No es podrà repetir un taller realitzat en anteriors convocatòries.

-Pots descarregar la INSTÀNCIA en la Seu Electrònica municipal:

<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

-Pots sol·licitar els tallers per diferents procediments:

A) En el Espai Dones i Igualtat (E.D.I.), c/Governador Vell, 14 baix (presencial de 9 a 14 h.)

B) En la Unitat d'Igualtat del Marítim (U.I.M.), c/ de la Reina, 85 baix. (presencial de 9 a 14 h.)

C) En els diferents Registres Municipals, amb cita prèvia, presencial. [Registros Municipales](#)

D) Per Seu Electrònica de la web municipal, si disposes de certificat digital.

<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Programa
d'activitats
gratuïtes.

**GENER,
FEBRER I
MARÇ
2022**

Taller d'apoderament a través de la risoterapia i el clown:

ENDOLÇA'T D'EMOCIONS



Cód. EDI-7

DILLUNS, matins, de 10 a 12 h.

10,17,24,31 GENER

7,14,21,28 FEBRER

7,14 MARÇ

I què millor que les emocions per entendre el nostre entorn? Des de les risas contagioses fins la sorpresa, la tendresa,...ens apropiem a la ingenuïtat de cadascuna de nosaltres envoltades de la màgia de viure!!

Magnifica els sentits a través de la innocència del clown i les alegries de riure en grup

FORMADORA:

Educadora social,
especialitzada en Tècniques Artístiques

Lloc:
ESPAI DONES I IGUALTAT
c/Governador Vell, 14 baix
46003-València

Per a
dones a
partir de
18 anys

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimient/to/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

Taller d'apoderament a través de la risoterapia i el clown:

ENDOLÇA'T D'EMOCIONS



Cód. UIM-8

DILLUNS, vesprades, de 17 a 19 h.

10,17,24,31 GENER

7,14,21,28 FEBRER

7,14 MARÇ

I què millor que les emocions per entendre el nostre entorn? Des de les risas contagioses fins la sorpresa, la tendresa,...ens apropiem a la ingenuïtat de cadascuna de nosaltres envoltades de la màgia de viure!!

Magnifica els sentits a través de la innocència del clown i les alegries de riure en grup

FORMADORA:

Educadora social,
especialitzada en Tècniques Artístiques

Lloc:
UNITAT IGUALTAT MARÍTIM
c/ Reina, 85 baix
46011-València

**Per a
dones a
partir de
18 anys**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimient/to/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

Taller d'autoestima i apoderament per a promoure relacions de parella igualitàries

Cód. EDI- 8
DIMECRES, matins, de 10 a 12 h.
12,19,26 GENER, 2,9,16,23 FEBRER i 2,9,23 MARÇ

Les relacions de parella poden ser una de les experiències més boniques, o una de les experiències més doloroses. Per què trobem tant de sofriment en l'amor? per què tenim la sensació d'entropessar una vegada i una altra sobre la mateixa pedra?

Gran part de les respostes a aquestes preguntes podem trobar-les en la construcció relacional de l'amor romàntic, que és el model que homes i dones, independentment de la nostra orientació sexual, tenim com a referent, però també en els nostres propis estils d'inclinació.

Per a entrar en parella en les millors condicions és fonamental haver-nos identificat, gestionat i elaborat la nostra pròpia història personal. Per això, des d'aquest taller potenciarem l'amor a nosaltres mateixes per a des d'ací relacionar-nos en parella en les millors condicions possibles, desenvolupant les habilitats necessàries per a detectar de manera primerenca les característiques d'una relació afí a mi, a les meues necessitats i a la meua jo més profund.

FORMADORA:

Mar Casas Tello

Psicòloga, agent d'igualtat d'oportunitats.

Especialista en prevenció, detecció i intervenció, i formadora.



Lloc:
ESPAI DONES I IGUALTAT
c/Governador Vell, 14 baix
46003-València

**Per a dones a
partir de 18 anys
que han viscut
situacions de
violència en la
parella**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

Taller d'autoestima i apoderament per a promoure relacions de parella igualitàries



FORMADORA:

Mar Casas Tello

Psicòloga, agent d'igualtat d'oportunitats.

Especialista en prevenció, detecció i intervenció, i formadora.

Cód. EDI- 9

DIMECRES, vesprades, de 17 a 19 h.

12,19,26 GENER, 2,9,16,23 FEBRER i 2,9,23 MARÇ

Les relacions de parella poden ser una de les experiències més boniques, o una de les experiències més doloroses. Per què trobem tant de sofriment en l'amor? per què tenim la sensació d'entropessar una vegada i una altra sobre la mateixa pedra?

Gran part de les respostes a aquestes preguntes podem trobar-les en la construcció relacional de l'amor romàntic, que és el model que homes i dones, independentment de la nostra orientació sexual, tenim com a referent, però també en els nostres propis estils d'inclinació.

Per a entrar en parella en les millors condicions és fonamental haver-nos identificat, gestionat i elaborat la nostra pròpia història personal. Per això, des d'aquest taller potenciarem l'amor a nosaltres mateixes per a des d'ací relacionar-nos en parella en les millors condicions possibles, desenvolupant les habilitats necessàries per a detectar de manera primerenca les característiques d'una relació afí a mi, a les meues necessitats i a la meua jo més profund.

Lloc:

ESPAI DONES I IGUALTAT
c/Governador Vell, 14 baix
46003-València

**Per a dones a
partir de 18 anys
que han viscut
situacions de
violència en la
parella**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

Taller d'autoestima i apoderament per a promoure relacions de parella igualitàries

Cód. UIM- 9

DIJOURS, vesprades, de 17 a 19 h.

13,20,27 GENER, 3,10,17,24 FEBRER i 3,10,24 MARÇ

Les relacions de parella poden ser una de les experiències més boniques, o una de les experiències més doloroses. Per què trobem tant de sofriment en l'amor? per què tenim la sensació d'entropessar una vegada i una altra sobre la mateixa pedra?

Gran part de les respostes a aquestes preguntes podem trobar-les en la construcció relacional de l'amor romàntic, que és el model que homes i dones, independentment de la nostra orientació sexual, tenim com a referent, però també en els nostres propis estils d'inclinació.

Per a entrar en parella en les millors condicions és fonamental haver-nos identificat, gestionat i elaborat la nostra pròpia història personal. Per això, des d'aquest taller potenciarem l'amor a nosaltres mateixes per a des d'ací relacionar-nos en parella en les millors condicions possibles, desenvolupant les habilitats necessàries per a detectar de manera primerenca les característiques d'una relació afí a mi, a les meues necessitats i a la meua jo més profund.

FORMADORA:

Mar Casas Tello

Psicòloga, agent d'igualtat d'oportunitats.

Especialista en prevenció, detecció i intervenció, i formadora.



Lloc:
UNITAT IGUALTAT MARÍTIM
c/ Reina, 85 baix
46011-València

Per a dones a partir de 18 anys que han viscut situacions de violència en la parella

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

Taller de salut i de autocura

TALLER DE MINDFULNESS

Cód. EDI-10

DIJOUS, vesprades, de 17 a 19 h.

**13,20,27 GENER, 3,10,17,24 FEBRER i
3,10,24 MARÇ**

Les dones estem sota una pressió sense precedents: sense temps, fent malabars per a arribar a tot, atenent infinites exigències...una pressió que soscava aquelles coses essencials que totes anhelem: ser feliços, relacionar-nos, sentir-nos vitals, estimades o embolicades per una sensació d'assossec i pau. No és d'estranyar que tantes de nosaltres ens sentim exhaustes, estressades o desbordades.

El mindfulness és una eina al nostre abast per a recuperar la calma i la felicitat, així com un potent antídoto per a l'ansietat, l'estrès, l'esgotament i la depressió.

En aquest taller integrarem diferents ensenyaments, coneixements i tècniques per a afavorir l'apoderament femení i enfortir la calma i la pau interior.

FORMADORA:

Silvia Albuja

Formació en Mindfulness

Lloc:

**ESPAI DONES I IGUALTAT
c/Governador Vell, 14 baix
46003-València**

**Per a dones a
partir de 18
anys**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
- C/ Governador Vell, 14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim, C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

Taller de salut i de autocura

TALLER DE MINDFULNESS

Cód. UIM- 5

DIMECRES, matins, de 10 a 12 h.

**12,19,26 GENER, 2,9,16,23 FEBRER i
2,9,23 MARÇ**

Les dones estem sota una pressió sense precedents: sense temps, fent malabars per a arribar a tot, atenent infinites exigències...una pressió que soscava aquelles coses essencials que totes anhelem: ser feliços, relacionar-nos, sentir-nos vitals, estimades o embolicades per una sensació d'assossec i pau. No és d'estranyar que tantes de nosaltres ens sentim exhaustes, estressades o desbordades.

El mindfulness és una eina al nostre abast per a recuperar la calma i la felicitat, així com un potent antídoto per a l'ansietat, l'estrès, l'esgotament i la depressió.

En aquest taller integrarem diferents ensenyaments, coneixements i tècniques per a afavorir l'apoderament femení i enfortir la calma i la pau interior.

FORMADORA:

Silvia Albuja

Formació en Mindfulness



Lloc:

UNITAT IGUALTAT MARÍTIM

c/ Reina, 85 baix

46011-València

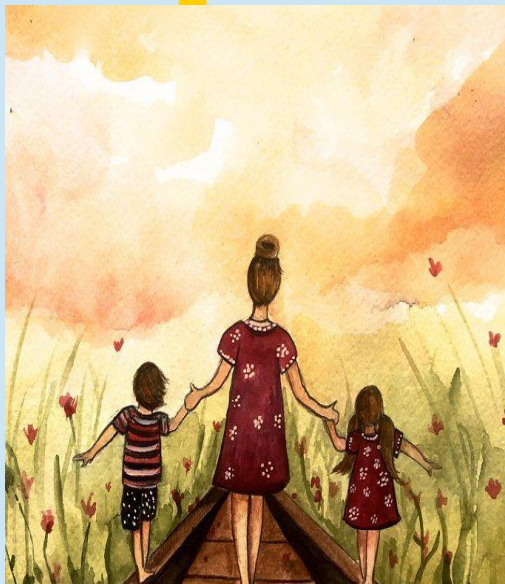
**Per a dones a
partir de 18
anys**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
- C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim, C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

Taller de suport en les relacions amb filles i fills menors



Cód. EDI- 11

DIJOURS, matins, de 10 a 12h.

13,20,27 GENER, 3,10,17,24 FEBRER

3,10,24 MARÇ

La criança de les nostres filles i fills no és una cosa senzilla, no existeix un manual màgic ni una recepta única. En aquest taller generarem un espai per a empoderar, enfortir i acompanyar a les dones en el seu propi procés de maternitat i criança.

Aprendrem a autoregular el nostre propi món intern per a així poder acompanyar a les nostres filles i fills en la seua pròpia autoregulació, ja bé siguen xiquetes/us o adolescents. El nostre entrenament al llarg d'aquest taller estarà dotat de la necessària perspectiva de gènere que ens possibilitarà qüestionar aquells mandats que operen en nosaltres des del moment en què ens convertim en mares, per a així desenvolupar una criança afí als qui nosaltres som i a les necessitats reals de les meues filles i fills.

FORMADORA:

Mar Casas Tello

Psicòloga, agent d'igualtat d'oportunitats.

Especialista en prevenció, detecció i intervenció, i formadora..



**AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA**



Lloc:

**ESPAI DONES I IGUALTAT
c/Governador Vell, 14 baix
46003-València**

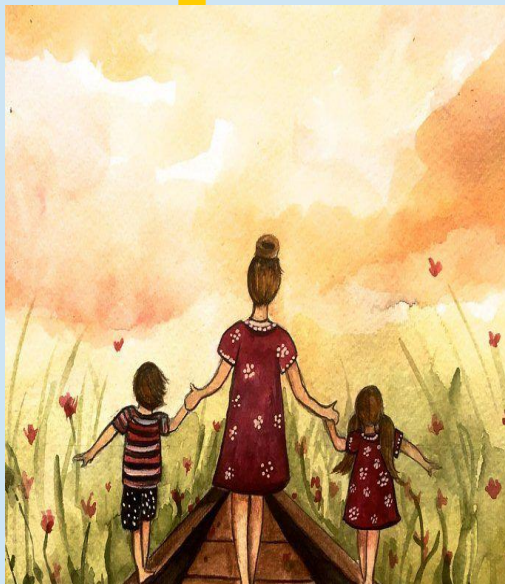
**Per a dones
a partir de
18 anys,
amb filles-fills
menors**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
- C/ Governador Vell, 14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
- C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

Taller de suport en les relacions amb filles i fills menors



FORMADORA:

Mar Casas Tello

Psicòloga, agent d'igualtat d'oportunitats.

Especialista en prevenció, detecció i intervenció, i formadora.

Cód. UIM-6

DIVENDRES, matins, de 10 a 12h.

14,21,28 GENER, 4,11,18,25 FEBRER

4,11,25 MARÇ

La criança de les nostres filles i fills no és una cosa senzilla, no existeix un manual màgic ni una recepta única. En aquest taller generarem un espai per a empoderar, enfortir i acompanyar a les dones en el seu propi procés de maternitat i criança.

Aprendrem a autoregular el nostre propi món intern per a així poder acompanyar a les nostres filles i fills en la seua pròpia autoregulació, ja bé siguen xiquetes/us o adolescents. El nostre entrenament al llarg d'aquest taller estarà dotat de la necessària perspectiva de gènere que ens possibilitarà qüestionar aquells mandats que operen en nosaltres des del moment en què ens convertim en mares, per a així desenvolupar una criança afí als qui nosaltres som i a les necessitats reals de les meues filles i fills.

Lloc:

UNITAT IGUALTAT MARÍTIM

c/ Reina, 85 baix

46011-València

**Per a dones
a partir de
18 anys,
amb filles-fills
menors**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:

<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
- C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
- C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

Taller d'apoderament a través de la DANSA

EXPRESSA'T EN MOVIMENT

Cód. EDI- 12

DIVENDRES, matins, de 10 a 12 h.

14,21,28 GENER

4,11,18,25 FEBRER

4,11,25 MARÇ

T'agrada la música, jugar, gaudir i desinhibir-te?
Estàs de sort, en aquests tallers abordarem el plaer de moure'ns, rebuscarem els recursos expressius propis del cos i connectar la nostra expressió corporal a través de la música.

FORMADORA:

Lucía Caplliure Salvador

Educadora Social,
màster en teràpies expressives i arts.



Lloc:
ESPAI DONES I IGUALTAT
c/Governador Vell, 14 baix
46003-València

**Per a dones
a partir de
18 anys**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

Taller d'apoderament a través de la DANSA

EXPRESSA'T EN MOVIMENT

Cód. UIM-7

DIMARTS, vesprades, de 17 a 19 h.

11,18,25 GENER

1,8,15,22 FEBRER

1,8,22 MARÇ

T'agrada la música, jugar, gaudir i desinhibir-te?
Estàs de sort, en aquests tallers abordarem el plaer de moure'ns, rebuscarem els recursos expressius propis del cos i connectar la nostra expressió corporal a través de la música.

FORMADORA:

Raquel Sanz Remacha

Educadora social i llicenciada en Art Dramàtic



Lloc:

UNITAT IGUALTAT MARÍTIM

c/ Reina, 85 baix

46011-València

**Per a dones
a partir de 18
anys**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

Taller d'apoderament a través del MICRO-TEATRE

LA VIDA FETA TEATRE

Cód. UIM-4

DIMARTS, matins, de 10 a 12 h.

11,18,25 GENER

1,8,15,22 FEBRER

1,8,22 MARÇ

L'actriu és una creadora que s'utilitza a si mateixa integrant tots els seus recursos personals, expressius i cognitius, i consegüentment, ha de conèixer-se, cuidar-se i entrenar-se.

En aquest taller traurem les actrius que portem dins per a enllaçar la vida quotidiana amb les tècniques de teatre.

.

FORMADORA:

Educadora social ,
especialitzada en Tècniques Artístiques



Lloc:

UNITAT IGUALTAT MARÍTIM

c/ Reina, 85 baix

46011-València

**Per a dones
a partir de 18
anys**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
- C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
- C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital

TALLER D'HISTÒRIA, CULTURA I MOVIMENT FEMINISTA

Cód. EDI-13 (8 hores)

FEBRER, vesprades

Dilluns 7 y Dimecres 9 (de 16,30 a 19,30 h.)
i Dilluns 14 (de 16,30 a 18,30 h.)

En aquest taller, ens iniciarem en la cultura feminista per a reflexionar sobre els drets i la igualtat al llarg de la història, així com conèixer dones que han contribuït a l'avanç d'aquests drets. A més, fomentarem la sororitat i les xarxes de suport amb altres dones.

FORMADORA:

Roser Viñoles Tarín

Polítologa i Agent d'Igualtat d'oportunitats,
Especialitzada en llenguatge inclusiu, prevenció de l'assetjament sexual en l'àmbit laboral, i violència de gènere

Lloc:
ESPAI DONES I IGUALTAT
c/Governador Vell, 14 baix
46003-València

**Per a dones
a partir de 18
anys**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital



TALLER DE LLENGUAJE NO SEXISTA

Cód. EDI-14 (8 hores)

FEBRER, vesprades

Dilluns 21 y Dimecres 23 (de 16,30 a 19,30 h.) i **Dilluns 28** (de 16,30 a 18,30 h.)

En aquest taller, aprendrem la importància del llenguatge en el canvi de la cultura, identificant i eliminant del nostre dia a dia el llenguatge sexista i fomentant una escriptura i llenguatge igualitari. *“El llenguatge és el mapa d'una cultura. Et diu d'on ve la seua gent i a on es dirigeixen.”*

Rita Mae Brown

FORMADORA:

Roser Viñoles Tarín

Polítologa i Agent d'Igualtat d'oportunitats,
Especialitzada en llenguatge inclusiu, prevenció de l'assetjament sexual en l'àmbit laboral, i violència de gènere

Lloc:

ESPAI DONES I IGUALTAT
c/Governador Vell, 14 baix
46003-València

**Per a dones
a partir de
18 anys**

Per a sol·licitar els tallers pots descarregar la instància en la Seu Electrònica municipal:
<https://sede.valencia.es/sede/registro/procedimiento/ig.pa.10>

Pots presentar-la en:

- Espai Dones i Igualtat
C/ Governador Vell,14, baix (de 9 a 14 h.)
- Unitat d'Igualtat Marítim,
C/ Reina, 85 (de 9 a 14 h.)
- Registres d'Entrada Municipals, amb cita prèvia
- Per Seu Electrònica, si disposes de certificat digital



**AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA**



**Espai Dones
i Igualtat**
València



**Unitat
d'Igualtat**
Marítim