

**DIJOURS 14 DE MARÇ**

**18 h, Sala Isidor Cònsul de Can Ginestar**

### **Naixement de l'Espai Dona**

Consciència, col·laboració, creativitat i creixement, a càrrec de la "coach" i veïna, Joa Sobera.

Forma part de la creació d'un espai lliure de condicionaments socials que té com a objectiu unir diversos projectes per donar resposta a les necessitats, interessos, motivacions i aspiracions de les dones partint de la seva visió del món.

L'objectiu principal és millorar la qualitat de vida de les dones creant sinergies, impulsant la col·laboració i l'expressió a través de diverses formes de la creativitat, prenent

consciència, i oferint-los suport i eines per al seu desenvolupament personal i professional. Es convida al diàleg per definir les propostes conjuntament, amb la idea que la definició final sigui una creació entre totes les dones.

Organitza: Ajuntament de Sant Just Desvern

**18 h, espai davant del CAP Sant Just**

### **Masterclass de zumba en femení**

Vine a ballar i a empoderar-te amb cançons feministes.

Organitza: Raquel Rubiales de l'AAVV del Barri Sud

# 8 de març

## Dia Internacional de la Dona 2024



### ♥ **Tallers per a dones del 12è Premi Delta**

Dies: 15 i 22 de març / 5, 12, 19 i 26 d'abril de 18 a 20 h

Lloc: Sala Isidor Cònsul de Can Ginestar

Inscripcions a partir del 15 de gener (places limitades). Es poden realitzar a

la Biblioteca mitjançant el correu electrònic [b.st.just@diba.cat](mailto:b.st.just@diba.cat) o trucant al telèfon 93 475 63 00.

Organitza: Ajuntament de Sant Just Desvern i Biblioteca Joan Margarit

### ♥ **Il·luminació lila de Can Freixes, de l'1 al 20 de març**

Col·labora:



# ESTIMEM-NOS TOTES

A Sant Just



Ignorant  
sense excuses!

# PROGRAMA DIA INTERNACIONAL DE LA DONA 2024

## DISSABTE 2 DE MARÇ

21 h, Casal de Joves

### Sopar-cabaret amb "Les Veus" de Diana Hermoso

Durant el sopar, la Diana Hermoso i el Jordi Tienza, oferiran un viatge teatral que uneix generacions de dones a través de la improvisació, revelant la bellesa de la diversitat i resiliència femenina. Aquesta trobada única i divertida convida el públic a ser participatiu d'una experiència en què les històries es converteixen en ponts que connecten les generacions amb un fil invisible de col·lectivitat femenina.

Preu: 15 euros (10 euros per a dones menors de 25 anys)

Inscripcions i pagament: fins el dia 28 de febrer al Casal de Joves i a l'Ajuntament

Organitza: Ajuntament de Sant Just Desvern amb la col·laboració del Casal de Joves

## DILLUNS 4 DE MARÇ

18.30 h, Sala Ovidi del Casal de Joves

### Monogràfic – Cossos

Taller de reflexió per trencar amb la imatge dels "cossos normatius" i oferir altres maneres de concebre el nostre cos.

Activitat gratuïta per a joves de 12 a 20 anys (no cal inscripció prèvia).

Organitza: Mousiké i Just al Punt



## DIMARTS 5 DE MARÇ

19 h, Sala Isidor Cònsul de Can Ginestar

### Presentació del llibre *Cicatrices doradas*, de la veïna Carme Càmara, educadora social

Serà una conversa entre l'autora i la Mari Carmen Rodríguez, comunicadora i "coach", sobre aquesta guia que vol servir d'ajuda a aquelles persones que s'enfronten o s'han enfrontat a un procés de separació o divorci, utilitzant la intel·ligència emocional i reforçant l'autoestima personal.

Hi haurà un espai de venda de llibres.

Organitza: Ajuntament de Sant Just Desvern

## DIJOUS 7 DE MARÇ

10 h, Aula 3 de Les Escoles

### Dictat i Kahoot

Sobre dones il·lustres i oblidades, sobre coneixements de la història d'aquest dia i sobre les formes ortogràfiques que no menytinguin ningú.

Hi haurà premi per a les persones guanyadores.

La mateixa activitat es farà també a les 18 h.

Organitza: Servei Local de Català

18 h, Sala Utopia del Casal de Joves

### Dia de la Dona al Casal

Exhibició dels 3 grups de Teles Acrobàtiques:

"JUNTES MILLOR" (alumnes a partir de 18 anys)

"CABARET" (alumnes a partir de 18 anys)

"COM PEIX FORA DE L'AIGUA" (alumnes de 12 a 18 anys)

Obra del curs de Teatre Social:

"MALA MUJER"

Ball del grup del curs de jazz dance

19 h, Aperitiu

19.30 h, Espectacle "FEM DIANA", que transformarà l'escenari en un terreny de llibertat on les actrius, amb enginy i gràcia, desafien estereotips i celebren la diversitat de l'experiència femenina.

Actuació a càrrec de les actrius Mai Boncompte i Diana Hermoso

Organitza: Casal de Joves

18.30 h, Sala Polivalent de Les Escoles

### Xerrada amb la Dra. Emma Ribas, autora del llibre *Mindfulsex. El sexo que revolucionará tu vida*

Ribas ens convida a iniciar un viatge d'autoconeixement, en el qual les neurociències, la reflexió filosòfica i espiritual, l'experiència concreta i inclús l'humor s'alien per assumir una nova forma de la teva sensualitat, molt més d'acord amb qui ets i del tot connectada amb el teu jo interior, amb les teves preferències íntimes i amb la teva manera d'entendre el plaer.

Hi haurà un espai de venda de llibres.

Organitza: Biblioteca Joan Margarit i Ajuntament de Sant Just Desvern

## DIVENDRES 8 DE MARÇ

17 h, Trobada: TRAM, parada Rambla de Sant Just

### Suma't a la manifestació feminista de Barcelona i anem totes juntes

## DIUMENGE 10 DE MARÇ

### Visita al Celler Mas Comtal, a Avinyonet del Penedès, amb la Marta Milà, propietària, viticultora, enòloga i sommelier

D'11 a 13 hores, visita al celler, a les vinyes i tast de 4 vins amb petit pica-pica.

Màxim 30 places.

Preu de la visita: 25 euros.

Transport a càrrec de l'Ajuntament.

Inscripcions i pagament: fins al dia 6 de març al Celler de Can Mata i a l'Ajuntament.

Punt de sortida de l'autobús: 10 h al Parador.

Organitza: Ajuntament de Sant Just Desvern amb la col·laboració del Celler de Can Mata

## DIMARTS 12 DE MARÇ

17.30 h, Espai de l'AAVV de Mas Lluí al CC Soledat Sans

### Taller de benestar "Plaer i alegria: sola i/o en companyia"

A càrrec de la tallerista creativa i emocional, Elisa Linares. Es convidarà les dones participants a explorar les possibilitats del cos per obrir-nos al plaer d'una altra manera, tant a soles com en companyia. A través del moviment lliure, la respiració, la veu i els materials suggeridors, descobrirem un nou món de sensacions que després podrem seguir explorant a casa. Vine amb roba còmoda!

Servei de canguratge per a infants fins a 10 anys. (Es necessitaran un mínim de 6 infants per prestar el servei).

Inscripcions a bustiaigualtat@santjust.cat fins el 7 de març.

Organitza: Ajuntament de Sant Just Desvern amb la col·laboració de l'AAVV de Mas Lluí