

8M A ESPLUGUES JUNTES!

MES DE LES DONES 2026

Dilluns 2 de març

■ **17.15 a 20.15 h. Taller de creació i construcció de personatges femenins.** (13a ed Premi Literari Delta de narrativa escrita per dones). Biblioteca Pare Miquel d'Esplugues. L'activitat continua els dies 9, 16 i 23. *Amb inscripció prèvia.

■ **17.30 h. Dissenya el teu mocador reivindicatiu.** Espai Jove Remolí. Inscripció: <https://my.weezevent.com/activitats-puntual>

■ **17 a 18.30 h. Taller de Zumba i refrigeri.** AADD EL Gall (c. Josep Argemí, 48).

Dimarts 3 de març

■ **12 h. Presentació 7è congrés de les Dones del Baix Llobregat.**

Seu Consell Comarcal (Parc Torreblanca, Sant Feliu de Llobregat).
Inscripció: <https://www.elbaixllobregat.cat/formulari/presentacio7congresdones>

■ **10 a 12 h. Taller de capacitació per anar en bicicleta. Nivell 1.**

Pista Coberta - Parc Pou d'en Fèlix.
L'activitat continua els dies 10, 17 i 24.
*Amb inscripció prèvia.

■ **10 a 12.30 h. Taller per a dones cuidadores. 'Temps per a mi: crear també és cuidar'.**

Esplulab. L'activitat continua els dies 10 i 17.
Inscripcions: atencionaladiscapacitat@esplugues.cat

Dimecres 4 de març

■ **17.30 h. Projectió 'Figuras Ocultas' i debat.** Espai Jove Remolí. Inscripció: <https://my.weezevent.com/activitats-puntual>

■ **17 a 18.30 h. Demostració txi-kung amb meditació, automassatge i berenar.** AADD EL Gall (c. Josep Argemí, 48).

Divendres 6 de març

■ **17.30 h. Creem flors per la igualtat.** Espai Jove Remolí. Inscripció: <https://my.weezevent.com/activitats-puntual>

■ **Sopar de les Dones.**

19.30 h. Obertura de portes.
20 h. Lectura del manifest i actuació en obert de Les que faltaband.
Berta Peñalver presentarà l'acte.
21 h. Sopar amb inscripció: dones@esplugues.cat.
22.30 h. Bingo musical amb DJ Brau'nies per tancar la festa.
CEM Les Moreres.

Dissabte, 7 de març

■ **19 a 20.15 h. Concert 'Cicatrius - FEMCant'.** Teatre Joan Brillas de L'Avenç. Entrades: www.entrapolis.com/entrades/cicatrius-femcant

■ **17 h. Teatre 'Petites històries, grans dones.'** Descobrirem la ceramista Sophie Aguilera. Museu Can Tinturé. Inscripcions: 934 700 218, museus@esplugues.cat

Diumenge, 8 de març

■ **16.30 h. Anem juntes a la Manifestació del Dia Internacional de les Dones, a Barcelona.** Parada de Tram: Pont d'Esplugues.

Dilluns 9 de març

■ **12 h. Lectura del manifest 8M.** Amb suport en llengua de signes. Casa Consistorial.

■ **17.30 h. Fes la teva xapa feminista.** Oficina Jove d'Emancipació. Inscripció: <https://my.weezevent.com/activitats-puntual>

Dimecres 11 de març

■ **18 a 19 h. Taller d'incontinència urinària i sòl pelvià.** AADD de Can Vidalet EL Taller (c. Verge de la Mercè, 1).

■ **18 h. Cloenda 17a ed. Reimagina't.** Francesca Bonnemaison. Informació: 932 68 73 60

Dijous 12 de març

■ **10 a 11.30 h. Visita informativa al CIRDA Vil·la Pepita (dins del circuit d'acollida).** *Amb inscripció prèvia.

■ **16.30 a 19 h. Tarda d'escacs per a dones.** CIRDA Vil·la Pepita, per a tots els nivells. *Amb inscripció prèvia.

■ **18.30 a 19.30 h. Nutrició en menopausa.** Biblioteca Pare Miquel d'Esplugues.

Divendres 13 de març

■ **9 a 13 h. Punt lila.** Mercat Municipal de Can Vidalet.

Dilluns 16 de març

■ **17 h. Cinefòrum Gent gran 'La boda de Rosa'.** Biblioteca Pare Miquel d'Esplugues.

■ **19 a 20.15 h. Xerrada 'Cosificació i pressió estètica: les dones com a objectes, no com a subjectes'.** Teatre Joan Brillas de L'Avenç.

Dimarts 17 de març

■ **18 h. Conferència 'Patronato de Protección de la Mujer, una història silenciada'.** La Masoveria de Can Tinturé.

Dimecres 18 de març

■ **9 a 13 h. Punt lila.** Mercat setmanal de La Plana, c. del Carme amb c. Rovellat.

■ **17 a 18.30 h. 'Entre dones: Unim-nos! Què és la sororitat?'** AADD La Plana (c. del Bruc, 40). *Amb inscripció prèvia.

Dijous 19 de març

■ **17.30 h. Reimagina't la teva vida. Taller reflexiu a partir de curts fets per joves.** Espai Jove Remolí. Inscripció: <https://my.weezevent.com/activitats-puntual>

Divendres 20 de març

■ **9.15 h. Cinefòrum 'The Hours'.** AADD La Plana. Preu 6€. Inscripcions presencials: dimarts de 17 a 19 h. A c. Bruc, 40.

Diumenge 22 de març

■ **19 h. Teatre 'Trencant el silenci' de L'Endoll.** Teatre Joan Brillas de L'Avenç. Entrades: avencesplugues.cat/activitats/trencant-el-silenci/

Dimarts 24 de març

■ **18 a 19.30 h. Club de lectura feminista, amb Associació de Dones Escriptores d'Esplugues (ADEE) 'Queda't amb mi' d'Ayòbámi Adébáyò.** CIRDA Vil·la Pepita. *Amb inscripció prèvia.

Dimecres 25 de març

■ **11 h. Espai de diàleg 'Dones i discapacitat'.** CIRDA Vil·la Pepita. *Amb inscripció prèvia.

Dijous 26 de març

■ **18.30 h. Marxa exploratòria per identificar punts foscos.** Amb intervenció teatral 'Onades de dones' de la Xixa Lab. Punt de trobada: CIRDA Vil·la Pepita. *Amb inscripció prèvia.

MUSEUS

■ **Del 6 de març al 7 d'abril. Exposició 'Sophie Aguilera, sensibilitat a flor de ceràmica'.** Museu Can Tinturé.

■ **10 d'abril. 20 h. Teatre. 'Dones del 36: contra el feixisme i la Guerra Civil'.** Casal de Cultura Robert Brillas.

*Activitats amb inscripció prèvia:



<https://forms.gle/NPc9T4Wxwp3xsUQE9>



AJUNTAMENT
D'ESPLUGUES



INFORMACIÓ I RECURSOS PER A
DONES D'ESPLUGUES



Diputació
Barcelona