

TALLER D'AUTOESTIMA

Autoestima crítica

- ✓ **Què és?** Aquest taller pretén crear un espai on les dones puguin entendre el funcionament del cos, la ment i les emocions.
- ✓ **Com ho farem?** Aprenent a redescobrir el propi potencial i a expressar-se a través del moviment i la presa de consciència, afavorint el benestar, la salut emocional, física i relacional, potenciant els propis recursos, habilitats i competències.
- ✓ **Quan?** Els dijous, del 16 de maig al 18 de juliol de 2019, de 10 a 12 hores. 10 sessions.
- ✓ **On?** Al Centre Cívic Barceloneta. Carrer de la Conreria, 1

Amb possibilitat de servei d'atenció per infants durant el taller. Cal sol·licitud prèvia al PIAD on s'ha fet la inscripció.

Taller GRATUÏT!
Cal INSCRIPCIÓ
prèvia al PIAD de
Ciutat Vella

barcelona.cat/dones

PER A MÉS INFORMACIÓ:

PIAD CIUTAT VELLA
C. Nou de la Rambla, 45
piad_ciutatvella@bcn.cat
Tel. 936 197 311

Ajuntament de
Barcelona

