



PROGRAMACIÓ CIOD D'OCTUBRE A DESEMBRE 2020 - TALLERS ONLINE

INSCRIPCIONS A LES ACTIVITATS A PARTIR DEL DIMARTS, 22 DE SETEMBRE

C/Les Escoles, 10 baixos – T. 93 462 11 21 - www.sant-adria.net/serveis/igualtat - www.facebook.com/CIODDonesSantAdria

TALLERS	DIA	HORARIS	CALENDARI	PREU TOTAL
CONTES PER LA IGUALTAT. Com treballar les emocions dels infants a través del contes	DIMARTS	15.15 - 16.45 h	13/10-01/12 8 sessions	GRATUÏT
DONES I RECURSOS PERSONALS. T'atreveixes a fer-te un reset? Canvia les teves creences a través de la PNL	DIMARTS	18.30 - 20 h	13/10-01/12 8 sessions	GRATUÏT
EL DRET AL PLAER. Descobreix i gaudeix de la teva sexualitat	DIMECRES	10 - 11.30 h	14/10-02/12 8 sessions	GRATUÏT
MOMENTS DE CRISI. Aprèn com gestionar la por i la incertesa	DIMECRES	15.15 -16.45 h	14/10-02/12 8 sessions	GRATUÏT
MINDFULNESS	DIJOURS	10 – 11.30 h	15/10-03/12 8 sessions	GRATUÏT
TALLER D'EINES. El camí cap al benestar i l'equilibri de les emocions	DIJOURS	18 – 19.30 h	15/10-03/12 8 sessions	GRATUÏT

*Als tallers tindran prioritats d'inscripció les persones empadronades al municipi de Sant Adrià de Besòs

*Les inscripcions als tallers es realitzaran per t. 93 462 11 21 o per mail: [infodonacioc@sant-adria.net](mailto:infodonacioc@ sant-adria.net)