

TALLER GRATUIT AUTOESTIMA I CREIXEMENT PERSONAL

17 de maig de 2012.

De 18 a 20 h.

**LLOC : Centre Civic Matas i Ramis
(C/Feliu i Codina,20. Barcelona)**

“ATREVINT-ME A SER“

- ✳ aprendre a gestionar l' estres
- ✳ potenciar la salut i la motivació
- ✳ estimular la creativitat i la capacitat per resoldre problemes i conflictes
- ✳ augmentar la autoestima
- ✳ crear un ambient distens i de confiança on es pugui expressar les inquietuds i desitjos per anar construint la teva vida

" Portar foto de quan erem petits "

ORGANITZA:



AFIBROCAT

Associació d'ajuda per la
FIBROMIALGIA de Catalunya

C/Tossa.13, local 2- 08032 Barcelona.
Tel.:620 909 433 / 934 292 886
afibrocat@hotmail.com
www.afibrocat.com

IMPARTEIX:

Rosa Cañadas

(Terapeuta Gestalt, i treballadora
social especialitzada en salut)