



ACTIVIDADES ÁREA DE IGUALDAD

Curso de Autocuidados:

- Mayores de edad, especialmente dirigido a mujeres
- Máximo 20 personas
- Prioridad empadronados/as, el resto en lista de espera.
- Inicio: 08/10/2014. Fin: 26/05/2016
- Jueves de 10.00 a 11.30
- Kulturgune
- Empadronados/as: 30 € (por todo el curso). No empad. 45 €
- Dirigido a personas que desean conocerse mejor, trabajar autoestima, aprender a decir NO y capacitarlas de herramientas para superar diferentes situaciones emocionales