

**“UNA PASA A FAVOR TEU”
SEMINARI D’AUTOESTIMA PER A
DONES**

L’autoestima és aprendre a escoltar-se, a respectar-se, a dir el que pens i el que necessit. És un camí per a conèixer-se millor, per no dependre tant del que opinin els/les altres. L’autoestima és un camí per saber que és el que vull, que és el que no vull, quines coses em fan bé i quines no. Un camí per compartir i gaudir més de la vida . Autoestima és aprendre que tenim dret a esser, sentir, actuar i expressar-nos tal i com som.

Destinatàries Dones

Dates i horari 5,12 i 19 d’abril de 2017 De 16:45 a 18’45 h.

Lloc SALÓ D’ACTES DEL EDIFICI SA FÀBRICA
c/ Ramon Llull,3 - ESPORLES

Places 15

Imparteix el seminari

ROSA MASCARÓ
Educatora social, especialista en educació emocional

Inscripcions fins dia 3 d’abril

Lloc d’inscripció: <https://goo.gl/forms/AugD49TZBi9aQpss1>

o

AJUNTAMENT D’ESPORLES TEL. 971 610 002