

ressò *mont-roigenc*

8 DE MARÇ DIA INTERNACIONAL DE LES DONES

Miquel Anguera, "Beatet"

12-03-2025

CONNECTA AMB LES EMOCIONS Taller de gestió emocional



Prenem consciència
Què sento?

Mètodes de
gestió emocional
per un estat més
saludable

Dissabte 22 de març
10.30h a 12.30h
Casa de Cultura
Mont roig del Camp
10€ socis
15€ no socis



deixa't abraçar



L'Assemblea General de l'ONU adoptà el 8M com el Dia Internacional de les Dones. D'una forma desigual s'ha anat celebrant aquesta data i, a casa nostra, també s'ha celebrat amb diversos actes organitzats, sobretot, per la Unió de Dones

de Mont-roig i l'Associació "Deixa't Abraçar". Alguns actes ja s'han celebrat i d'altres es duran a terme el 15 i el 22 del present març.

El dilluns 24 de febrer, organitzat per l'Associació Deixa't Abraçar, a les 7 del vespre a la Casa de Cultura, Uma Zuasti va dirigir un Taller de Biodansa.

El proper dissabte, 15 de març, al Polivalent de Miami i a les 11 del matí, la mateixa associació oferirà el mateix taller i convida tothom a participar-hi.

El proper dissabte 22 de març, "Deixa't Abraçar" organitzarà un taller de gestió emocional, amb el títol "Mètodes de gestió emocional per un estat més saludable", de 2/4 d'11 a 2/4 d'1 a la Casa de Cultura Agustí Sardà.