

Taller gratuït autocompassió i resiliència emocional pel dia a dia

Red adscrita  CAT

Temas

Mujeres, Hombres, Salud mental/Bienestar emocional, Cultura, ocio y naturaleza.

Descripción

L'activitat es durà a terme de forma gratuïta a la Biblioteca Santiago Rusiñol de 17:30h a 20h. És una trobada puntual que organitzo com a professional del coaching integratiu i com a membre impulsor de l'Institut de Bondat en Acció de Barcelona.

Población

Personas entre 30 y 64 años - Cualquiera ()

Persona de contacto

Amanda Lozano (638439657) (amanda.lifedesigner@gmail.com)

Fecha de última actualización de la actividad

12/12/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Plaza de l'Ajuntament 13 08870 Barcelona Sitges Barcelona Catalunya España



Fecha de la Actividad

De 17/01/2025 a 17/01/2025

Imagen de la Actividad

Ta autocom par

Meditación, dinám

17
Bibli
(si

