

lunes, 26 de junio de 2023

## Herramientas para el cambio

Talleres de "AUTOCUIDADOS"

### Información del evento

**Lugar:**

Biblioteca municipal Alberto Jiménez Fraud

**Dirección:**

Calle Dr. Gálvez Moll, 15, 29011 Málaga

**Contacto:**

**Tel./fax:** 951 92 70 63 / 951 92 78 34

**Email:** Igrodriguez@malaga.eu psicodis5@malaga.eu

**Inicio:**

26 de junio de 2023

- 5 de junio "**conociendo nuestras emociones: la ansiedad**"
- 12 de junio "**conociendo nuestra autoestima**"
- 19 de junio "**conociendo nuestras relaciones**"
- 26 de junio "**herramientas para el cambio**"

Desde el Área de Igualdad de Oportunidades, junto con el Plan Comunitario de Palma-Palmilla, organizamos ***talleres de autocuidados***, donde aprenderemos de la importancia de responsabilizarnos de nuestras necesidades físicas, para prevenir la violencia de género.