



Píndoles per al benestar



Són 7 dies per aprendre de diferents maneres, a com aconseguir que les converses entre el vostre pensament i cos, siguin empàtiques i clares.



Cada sessió és diferent i independent. Podeu apuntar-vos a les que vulgueu

“ Per tenir més detalls feu clic al damunt del nom de cadascuna ”



Quan ?



On?



Més informació

29/10 de 16:30h a 18:30h -- **CAP Progrés-Raval** -- El teu cos parla: Saps com escoltar-lo?

31/10 de 16:30h a 18:30h -- **HMB** -- Taller de moviment expressiu

05/11 de 16:30h a 18:30h -- **CAP Progrés-Raval** -- Gestionar de manera creativa l'estrès

12/11 de 16:30h a 18:30h -- **CAP Progrés-Raval** -- Relacions conscients

19/11 de 16:30h a 18:30h -- **CAP Progrés-Raval** -- El jutge interior. Qui porta les regnes?

27/11 de 16:30h a 18:30h -- **HMB** -- Meditacions actives osho

10/12 de 16:30h a 18:30h -- **HMB** -- Tallers de bioenergètica



Activitat adreçada als i les professionals de BSA
Reserva la teva plaça mitjançant el correu electrònic

activament@bsa.cat



**Badalona
Serveis
Assistencials**