



INSCRIPCIONES

SEMINARIO GESTIÓN DEL TIEMPO

Monográficos gratuitos para mujeres

12 DE DICIEMBRE A LAS 9:30

CONCEJALÍA DE IGUALDAD

C/ALCORCÓN 7 POSTERIOR

¿De quién es tu tiempo?

Taller sobre la gestión del uso del tiempo en la vida cotidiana aprendiendo técnicas para priorizar las tareas, comunicación asertiva, aprender a delegar, etc.

Qué no te roben tu tiempo

Aprenderemos técnicas de organización y de comunicación asertiva para establecer límites personales y poder delegar más a menudo en casa y en el trabajo

19 DE DICIEMBRE A LAS 9:30

CONCEJALÍA DE IGUALDAD

C/ALCORCÓN 7 POSTERIOR

19 DE DICIEMBRE A LAS 17:00

CENTRO DE EDUCACIÓN DE PERSONAS

ADULTAS (CEPA) C/ GALILEA. 11

Taller 'La risa, tu gran aliada'

El objetivo de este taller es trabajar la risa como herramienta para combatir el estrés y el dolor

Hablando en igualdad

Taller donde trabajar estereotipos de género existentes en las relaciones y tareas familiares, en el uso del lenguaje, en los medios de comunicación, en el trabajo, tomando conciencia de su existencia

20 DE DICIEMBRE A LAS 17:00

CENTRO DE EDUCACIÓN DE PERSONAS

ADULTAS (CEPA) C/ GALILEA. 11

21 DE DICIEMBRE A LAS 17:00

CENTRO DE EDUCACIÓN DE PERSONAS

ADULTAS (CEPA) C/ GALILEA. 11

Cuéntalo bailando

En este taller se trabajará la comunicación a través del entrenamiento dinámicos y corporal, estrella



Unión Europea

Fondo Social Europeo
"El FSE invierte en tu futuro"



Comunidad
de Madrid



Por la igualdad
y el fin de
las violencias
machistas



AYUNTAMIENTO DE
PARLA