

Charla y talleres

MINDFULNESS Y BIENESTAR EMOCIONAL

ATENCIÓN PLENA al momento presente para mejorar la SALUD EMOCIONAL

CHARLA - Fecha y lugar

(100 plazas)



29 de Abril (MARTES)

17:00 - 18:30



CMD IBAIONDO

c/PELOTA, 10, Casco Viejo

EDIFICIO LA BOLSA - Ganbara



TALLERES

6 sesiones por grupo (25 plazas)

CMD Otxarkoaga

Lunes, 12 mayo-16 junio
11:00-12:30

CMD Santutxu

Lunes, 12 mayo-16 junio
17:30-19:00

CMD Ibaiondo (Casco Viejo)

Martes, 13 mayo-17 junio
17:30-19:00

CMD Deusto

Jueves, 22 mayo-26 junio
17:00-18:30

**Resto de distritos después de verano*

INSCRIPCIÓN GRATUITA

Dirigido a PERSONAS ADULTAS (PRIORIDAD RESIDENTES EN BILBAO)



944 20 44 70 - 944 20 44 53
(9:00 -13:00)



promosalud@bilbao.eus

Indicar: Charla y/o qué taller, Nombre y Apellidos, distrito, año de nacimiento, teléfono, e-mail y cómo te has enterado

Hitzaldia eta tailerrak

MINDFULNESS ETA ONGIZATE EMOZIONALA

OSASUN EMOZIONALA hobetzeko, unean uneko ARRETA OSOA

HITZALDIA - Data eta lekua



(100 plaza/leku)



Apirilak 29 (ASTEARTEA)

17:00 - 18:30



IBAIONDOKO UDALTEGIA

PELOTA kalea, 10, Alde Zaharra

LA BOLSA ERAIKINA - Ganbara

TAILERRAK

6 saio talde bakoitzeko (25 plaza/leku)

Otxarkoagako Udaltegia

Astelehenetan, maiatzak 12-ekainak 16
11:00-12:30

Santutxuko Udaltegia

Astelehenetan, maiatzak 12-ekainak 16
17:30-19:00

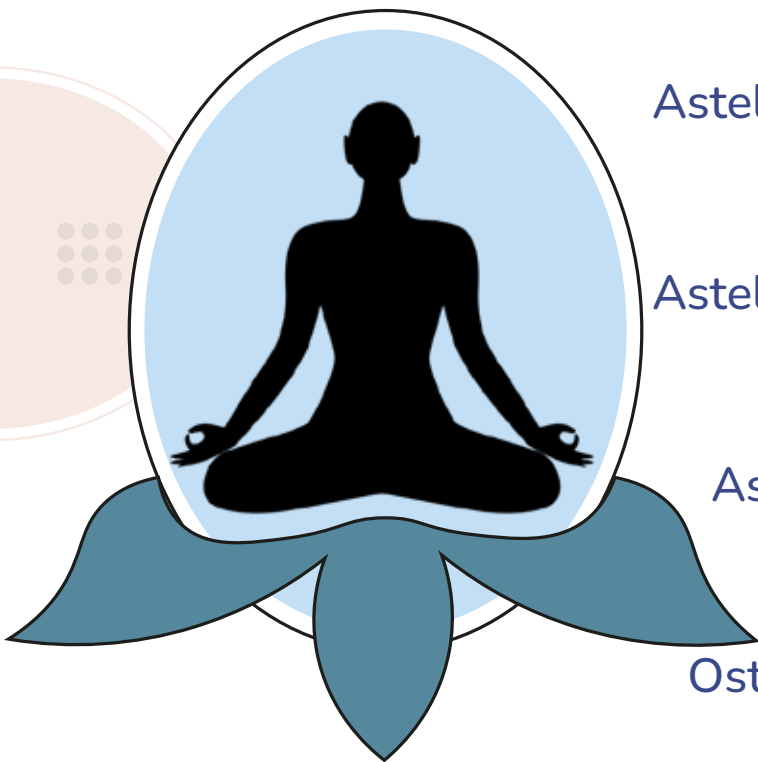
Ibaiondoko Udaltegia

Asteartetan, maiatzak 13-ekainak 17
17:30-19:00

Deustuko Udaltegia

Ostegunetan, Maiatzak 22-ekainak 23
17:00-18:30

**Uda eta gero, beste barrutiak*



DOAKO IZEN-EMATEA

HELDUEI ZUZENDUTA (BILBON BIZI DIRENEK LEHENTASUNA DUTE)



944 20 44 70 - 944 20 44 53
(9:00 -13:00)



promosalud@bilbao.eus

ADIERAZI: hitzaldia eta/edo tailerra, izen-abizenak, barrutia, jaioturtea, telefonoa, e-maila eta nola jaso duzun informazioa

Osasun eta Kontsumo Saila
Área de Salud y Consumo

Bilbao