



Iruñeak zaindu
egiten zaitu

Norberaren ongizatea lantzeko

DOHAINIK

- › Hobetzen ahal dut neure buruaren zaintza? Nola zaindu neure burua?
- › Nola egin aurre pentsamendu murriztaileei?
- › Nola eginarazi nire harreman sozialak osasungarri eta positibo?
- › Nire eskarmentutik, zer onura ekartzen ahan diot gizarteari? Nola egin dezaket?

Adinekoentzako tailerra 65 urte

DATAK:

- Martxoak 8, 15, 22 eta 29

ORDUTEGIA: 10:00 - 12:00

TOKIA: Adinekoendako udal-apartamentuak Milagrosa (Julián Gayarre kalea 12)

Izen-emateak deiak jasotako hurrenkeran izanen dira, leku guztiak bete arte, otsailaren 14tik Aurrera 948 24 30 40 telefonora deituta