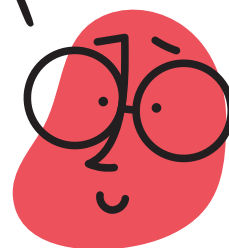


Itxaropenaren Telefonoaren ongizate pertsonaleko tailerrak Talleres de bienestar personal del Teléfono de la Esperanza



PERTSONEN ARTEKO KOMUNIKAZIOA HOBETZEKO LANTEGIA

ITURRAMA

Urriak 3, 10, 17 eta 24 (ostiralak)

Ordua: 10:30-12:30

Hitzaldi-aretoa – San Joan Bosco (San Joan Bosco kalea 15)

LITERATURA ETA BURU-OSASUNA

SANTA MARÍA LA REAL

Urriak 6, 13, 20 eta 27 (astelehenak)

Ordua: 10:30-12:30

Santa María la Real zentro komunitarioko 4. aretoa (Mutiloabeiti kalea 19)

NOREBERAREN ONGIZATEA ERMITAGAÑA- MENDEBALDEA

Azaroak 3, 10, 17 eta 24 (astelehenak)

Ordua: 10:30-12:30

El bunker zentro komunitarioa, Felix Urabayen zentroaren ondoan (Bartolome de Carranza kalea 5)

NIRE EGITASMOA ERRETIORAKO

MENDILLORRI

Azaroak 6, 13, 20 eta 27 (osteguna)

Ordua: 10:30-12:30

Mendillorriko adinekoen lokala (Altzuzako kontseiluaren kalea 12)

TALLER DE MEJORAR LA COMUNICACIÓN INTERPERSONAL

ITURRAMA

3, 10, 17 y 24 de octubre (viernes)

Hora: 10:30-12:30

Sala de conferencias – San Juan Bosco (C/San Juan Bosco 15)

LITERATURA Y SALUD MENTAL

SANTA MARÍA LA REAL

6, 13, 20 y 27 de octubre (lunes)

Hora: 10:30-12:30

Sala 4 del Centro Comunitario de Sta. María la Real (C/Mutilva baja 19)

BIENESTAR PERSONAL ERMITAGAÑA- MENDEBALDEA

3, 10, 17 y 24 de noviembre (lunes)

Hora: 10:30-12:30

Centro comunitario "El bunker", junto al Centro Felix Urabayen (C/Bartolomé de Carranza, 5)

MI PROYECTO PARA LA JUBILACIÓN

MENDILLORRI

6, 13, 20 y 27 de noviembre (jueves)

Hora: 10:30-12:30

Local de mayores de Mendillorri (C/Concejo de Alzuza 12)

Izena emateko **irailaren 22tik** aitzina, **010. 948 420 100** telefonoan, tokiak bete arte
Inscripciones **a partir del 22 de septiembre** en
el **010. 948 420 100** hasta completar plazas



**Teléfono de
la esperanza**
telefonodelaesperanza.org