

TALLER DE DANSA

DEEPDANCE

- ✓ **Què és?** Taller que utilitza la dansa com a eina per connectar amb el cos de les dones i apoderar-les. Aporta beneficis a nivell físic i a nivell emocional. Aborda la sensibilització, el moviment i la consciència corporal com a eines per poder guanyar qualitat de vida i recuperar l'equilibri amb l'organisme.
- ✓ **Com ho farem?** A través de la presa de consciència, la identificació i re-apropiació de fortaleces i recursos, treballant els límits amb l'entorn i amb les altres persones.
- ✓ **Quan?** Els Dimecres a partir del 10 d'octubre de 2018, de 18 a 20 hores. 10 sessions.
- ✓ **On?** A l'Espai Jove les Basses.
Carrer del Teide, 20

Taller GRATUÏT!
Cal INSCRIPCIÓ
prèvia al PIAD de
Nou Barris

barcelona.cat/dones

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Punt d'Informació i Atenció a les Dones (PIAD) de Nou Barris
Plaça Major de Nou Barris, 1 - Tel. 93 291 68 67 - piad_noubarris@bcn.cat