Regió7, 10/08/20

El Cercle de Dones de Bellver programa un cicle de tallers sobre benestar personal

REDACCIÓ BELLVER DE CERDANYA

■ Nova proposta de formació per complementar l'agenda cultural i d'oci a la Cerdanya. El Cercle de Dones de Bellver ha programat per a aquest mes d'agost un cartell de tallers de benestar emocional. La proposta formativa es porta a terme tots els dilluns del mes d'agost al jardí de Ca les Monges, al nucli antic de la població.

Els tallers es fan entre dos quarts de set de la tarda i dos quarts de nou el vespre i van a càrrec de la psicòloga Judith Bort. Cada sessió aborda una temàtica diferent sota un títol específic: l'art d'estimar-se, el diàleg intern com a motor de canvi vital, reconnectar amb el nen interior i cicles menstruals i emocions en sincronia. El preu de les sessions és de 25 euros amb una promoció de 40 euros per dos tallers. Els interessats a participar-hi han de formular una inscripció prèvia la informació de la qual es pot trobar a les xarxes socials de l'Ajuntament de Bellver. L'organització del cicle de tallers té la col·laboració del mateix Ajuntament.