

TEMPS PER A NOSALTRES



La càrrega mental és invisible,
però el seu impacte en la nostra salut és ben real

12 h Xerrada 'Cuidar-nos amb consciència' (càrrega mental, límits i salut femenina)

Una invitació a reflexionar sobre la càrrega mental, l'autocura, el temps propi i el moviment conscient com a eines de salut i benestar.

Amb Marlene Gonçalves

13 h Sessió de loga

'Les 4 fases del cicle de la dona'

amb Suray Fernandez i Paula Frenske



Diumenge 8 de març de 12 h a 14 h

Centre de Congressos

Andorra la Vella

Places limitades

Inscripció prèvia obligatòria

Fins al **6 de març a les 14h**

ESTORETA DE REGAL

**Andorra
la Vella**

Fes clic
AQUÍ
per
inscriure't

