

Ciclo Sesiones Participativas

“MEJORA, BIENESTAR, SUPERACIÓN
Y CRECIMIENTO PERSONAL”



Diciembre 2024

Día 13 18:00 h. -LIDERA TU VIDA.
Claves para afrontar las dificultades del día a día.
Sala 6 Centro Cívico Parquesol

**Día 19 18:00 h. 3 CLAVES PARA VIVIR LA VIDA
DE UNA FORMA PLENA.**
Sala 23 Centro Cívico Zona Sur

Día 21 18:00 h. -RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.
Herramientas de comunicación y mejora de relaciones.
Sala Multiusos Centro Cívico Campillo

**Día 27 18:00 h. -CONFIGURA TU MENTE
PARA EL DÍA A DÍA.**
Mindfulness aplicado a nuestra vida cotidiana.
Sala B5 Centro Cívico José María Luelmo

(Entrada libre hasta completar aforo)

Imparte:

José Feliciano Borrego

Experto en Liderazgo, Mindset
Inteligencia Emocional



ORGANIZA:

**Ayuntamiento de
Valladolid**

CONCEJALÍA DE
PARTICIPACIÓN CIUDADANA Y DEPORTES