



Lugar:

Aula do
Centro de Maiores A Baiuca



Último
martes
de cada mes

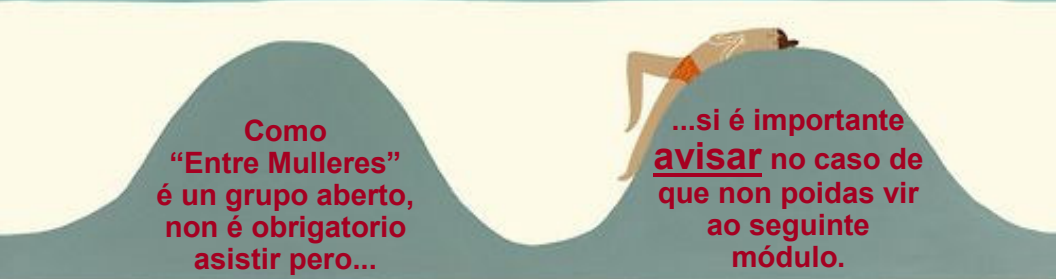
de 18:00 h
a 20:00 h

revisa as datas no interior do folleto



Duración:

de
setembro a maio



Como
"Entre Mulleres"
é un grupo aberto,
non é obrigatorio
asistir pero...

...si é importante
avisar no caso de
que non poidas vir
ao seguinte
módulo.

Ilustración: Lari Berger

Cando empezamos, adquirimos un **compromiso co grupo** e coas mulleres que o integramos: todas debemos manter un escrupuloso respecto á opinión e intimidade das demais mulleres e non desvelar, a persoas alleas ao grupo, cuestións persoais.



Grupo de
crecemento

"entre mulleres" ²⁰¹⁷ ²⁰¹⁸

informámonos
apoiámonos
coidámonos
atendémonos
aprendemos
compartimos
rimos...

Inscripcións: no CIM

Prazo: do 18 ao 22 de setembro

En caso de superar o número de prazas,
realizarase sorteo o luns 25 de setembro
ás 12:00h no CIM

CIM (Centro de Información ás Mulleres)
Avda do Balneario, 10-Baixo
981 60 14 15
muller@arteixo.org

 **ARTEIXO** **CIM** CENTRO DE
INFORMACIÓN
ÁS MULLERES

Que é “Entre mulleres”

“Entre mulleres” é un grupo aberto onde todas temos cabida. É un grupo onde as mulleres nos reunimos unha vez ao mes para falar e para escoitar.

É un espazo de reflexión, para pensar, pero tamén para divertirnos xuntas.

É un tempo para falar dos temas que nos interesan mentres podemos informarnos, apoiarnos, coidarnos, atendernos, aprender, compartir, rir, etc. ...



Desde que nacemos, todas as persoas contamos cunhas aptitudes e cualidades, coma se dunha semente se tratase.

Dotadas de intelixencia e liberdade, as persoas somos responsables do noso desenvolvemento.

Contamos coas ferramentas necesarias para cambiar o noso presente por moi negativo que fose o noso pasado.

Que facemos?

Co traballo de crecemento persoal as persoas aprendemos a aproveitar as nosas propias posibilidades para:

- poder xerar e usar un pensamento máis libre e autónomo
- ser libres de xeito responsable, ter o control das nosas decisións
- potenciar a nosa saúde
- facer cambios naquelas cousas que non nos gustan ou que son negativas

Os contidos expóñense no grupo por escrito para facilitar a súa lectura. Despois realizamos un traballo de reflexión, debate, cuestionamento, ...

- 26 de setembro
- 31 de outubro
- 28 de novembro
- 19 de Nadal
- 30 de xaneiro
- 27 de febreiro
- 20 de marzo
- 24 de abril
- 29 de maio

Todas as datas son último martes de mes, agás as sinaladas en vermello.



Contidos

Trataranse temas moi diversos: autoestima, a nosa saúde física e mental, relacións de parella, relacións familiares, rupturas, cambios, crises, mulleres salientables da historia, etc...

Programaranse saídas relacionadas cos contidos que poidan ser de interese para o grupo

- A orde na que se desenvolverán os contidos pode variar. Algún dos temas poderá expoñerse en varias sesións.
- Todas as participantes poderán solicitar a incorporación dalgún tema do seu interese.
- O contido dos módulos será facilitado nas sesións mediante material escrito.