



GRUP DE CREIXEMENT

2n DIMARTS DE MES DE 18 A 20 H

Aquest grup pretén ésser un espai on les persones puguin explorar el seu món, desenvolupar habilitats útils per a la vida quotidiana i rebre suport emocional en un entorn de confiança. A través de les dinàmiques vivencials i reflexions compartides s'intentarà fomentar l'autoconeixement, la gestió emocional, la comunicació assertiva i la resiliència. Els participants podran treballar l'establiment de metes personals i traçar camins per assolir-les.



HO ORGANITZA:
GRUP EL RIU



Centre Cívic
Ter