

DONES D'ESTIU, teixint xarxes

Espai de trobada per les dones del barri on reflexionar sobre allò que ens preocupa , accionar allò que ens ocupa i compartir experiències. Proposem un format de dos tallers dinàmics i frescos on a través de la reflexió crítica, el moviment i la creativitat potenciem l'autoestima, l'autocura i les xarxes de dones.

OBJECTIUS:

Potenciar espais de cura i d'intercanvi de vivències entre dones.
Generar reflexions crítiques col·lectives en clau feminista.
Fomentar la creativitat com una manera de gaudir i relacionar-se.
Experimentar amb el moviment i el propi cos.

CONTINGUTS:

Autoconeixement personal.
Consciència corporal.
Apoderament i autoestima.
Xarxes de dones.

METODOLOGIA:

El taller té un format vivencial i participatiu, potenciant l'intercanvi d'experiències. La sessió combinarà dinàmiques de tipus individual i grupal, integrant el treball corporal i el desenvolupament de la creativitat. Les activitats del taller aniran a càrrec de dues dinamitzadores.

PERSONES DESTINATÀRIES: Dones a partir de 18 anys

DURADA: entre 2 i 4h

EQUIPAMENT NECESSARI: Aula gran, pissarra, taules i cadires mòbils, ordinador o equip de so i altaveus.

Candela

Associació Candela

C/Vall d'Ordesa, 12 baixos
Barcelona
Tlf: 93 1797092
NIF: G63508410
info@candela.cat
www.candela.cat