

MINDFULNESS

PER A LA RECERCA D'OCUPACIÓ

Data elaboració | 18/06/2018

Unitat responsable elaboració | Unitat d'Informació i Orientació

ORIENTACIÓ 



MINDFULNESS PER A LA RECERCA D'OCUPACIÓ

DESCRIPCIÓ |

Practica Mindfulness i aprèn a gestionar l'estrès que ens provoca la recerca de feina davant la incertesa del mercat de treball i la definició dels objectius professionals.

DATA PREVISTA | 26/10/2018

HORARI | De 9:30 a 11:30h.

DURADA | 2 hores lectives.

DESTINATARIS/ÀRIES |

Persones interessades en conèixer tècniques de relaxació, meditació i mindfulness.

LLOC DE REALITZACIÓ |

IMPO Can Boscà | c. Nova Cançó, 1 | Telèfon | 93 460 52 00 (Bufalà)

MÉS INFORMACIÓ I PREINSCRIPCIONS |

Inscripcions a la recepció de l'IMPO Can Boscà.

Formació gratuïta. Les inscripcions es faràn per ordre d'inscripció.

Segueix-nos a les nostres **xarxes socials** |

 IMPOBdn  IMPOCAT  +IMPOBdn  @IMPOBdn  impobdn



Ajuntament de Badalona

Amb el suport i finançament de:



Diputació
Barcelona | #DibaOberta