

PROYECTO DE COMPETENCIAS PERSONALES Y EMPODERAMIENTO PARA MUJERES 2022

TALLER DE LIDERAZGO

Se persigue aprender estrategias de habilidades precisas y concretas, sobre todo las incluidas en áreas como la motivación, estimulación del cambio, manejos de las dificultades, cooperación y trabajo en equipo.

Duración: 20 horas

Fechas: 7, 10, 11, 13 y 14 de octubre **Horario:** de 9:30 h a 13:30 h

Lugar: PRESENCIAL (Of. Plaza de la Inmaculada 3 - 9º Izq.

Imparte: Nuevas Ventajas S.L (NuVe Consulting)

TALLER DE AUTOCONCEPTO Y DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA

Se persigue aprender estrategias de habilidades precisas y concretas, para potenciar el autoconocimiento, reforzando una imagen positiva y contribuyendo a la deconstrucción de estereotipos de género.

Duración: 20 horas

Fechas: del 17 al 21 octubre **Horario:** de 9:30 h a 13:30 h

Lugar: PRESENCIAL (Of. Plaza de la Inmaculada 3 - 9º Izq.

Imparte: Nuevas Ventajas S.L (NuVe Consulting)

TALLER DE CRECIMIENTO PERSONAL

Se trata de facilitar el empoderamiento de las mujeres participantes, su propia autonomía, autocuidado, bienestar personal y saber cómo nos afecta la educación de género.

Duración: 20 horas

Fechas: del 24 al 28 octubre **Horario:** de 9:30 h a 13:30 h

Lugar: PRESENCIAL (Of. Plaza de la Inmaculada 3 - 9º Izq.

Imparte: Nuevas Ventajas S.L (NuVe Consulting)

TALLER DE DEFENSA PERSONAL

Basado en una serie de técnicas psicológicas y físicas que tiene como objetivo que las mujeres aprendan a identificar situaciones de amenaza, así como, afrontar aquellas que suponga un riesgo. Evitando que el miedo y la ansiedad de las posibles situaciones de riesgo se vuelvan contra ellas.

Duración: 20 horas

Fechas: del 3 al 28 octubre, (excepto 5 y 12 de octubre que son festivos)

Horario: lunes, miércoles y viernes de 20:00 a 22:00 horas.

Lugar: PRESENCIAL. Luchódromo del Pabellón La Torre. C/ El Encinar s/n. León

Imparte: OVIEPOL

INSCRIPCIONES: <https://forms.gle/9DMJsQ4MNBqAFKX56>

Las inscripciones podrán realizarse hasta las 48 horas antes del inicio del taller.

NUEVAS VENTAJAS S.L.
Teléfono: 987 87 17 77



Para cualquier consulta:
OFICINA DE INFORMACIÓN A LAS MUJERES
Teléfonos: 987 27 69 74 / 987 27 69 71



AYUNTAMIENTO DE LEÓN

León
Cuna del
Parlamentarismo



MINISTERIO
DE SANIDAD



ESTRATEGIA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
Y PREVENCIÓN EN EL SNS



FEDERACION ESPAÑOLA DE
MUNICIPIOS Y PROVINCIAS

