

TALLERES DE PSICOLOGÍA

## GRUPO DE MUJERES

*Ser Mujer y Vivir  
para contarla*



EXCMO. AYUNTAMIENTO  
DE  
**BAILÉN**

Excmo. Ayuntamiento de Bailén  
Centro Municipal de Información a la Mujer  
Concejalía de Igualdad



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE BAILÉN  
DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE JAÉN

BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN

ENTREGAR EN EL CENTRO DE LA MUJER  
DEL AYUNTAMIENTO DE BAILÉN.

El Centro Municipal de Información a la Mujer de Bailén, organiza un Taller de Psicología, dirigido a TODAS las mujeres de Bailén que estén interesadas en adquirir y consolidar habilidades sociales que contribuyan a aumentar y mejorar tu calidad de vida.

### ¿QUÉ PRETENDEMOS?

- Potenciar el desarrollo personal de las mujeres
- Sensibilizar y prevenir la violencia machista
- Reconocer los micromachismos diarios.
- Redescubrir la identidad femenina
- Hacer visibles los estereotipos sexistas y su necesidad de transformación en un imaginario femenino más acorde con la realidad.

### ¿CÓMO LO HAREMOS?

Las sesiones se desarrollan en grupo:

- Potenciando la igualdad de oportunidades.
- Desarrollando habilidades sociales.
- Enseñando estrategias de afrontamiento de la realidad.
- Potenciando la capacidad para la resolución de conflictos.
- Facilitando la organización y planificación del tiempo.
- Aprendiendo a manejar los conflictos.
- Superando los modelos estereotipados de mujeres.

### ¿QUÉ CONSEGUIRÁS?

- Mejorar la red de apoyo social.
- Aumentar tu autonomía personal.
- Mejorar la relación contigo misma y con las demás personas.
- Aumentar tu confianza y seguridad.
- Aumentar y mantener tu autoestima.

Si estas interesada en participar, rellena el boletín y entrégalo en el Centro de la Mujer antes del día **22 de enero de 2018**

**COMIENZO: 30 enero-20 febrero**

**HORARIO: 17-18:30 h.**

**LUGAR: Casa de la Juventud.**

GRATUITO  
PLAZAS LIMITADAS



### BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN

Nº PISO

Nº

DNI

NOMBRE Y APELLIDOS

DIRECCIÓN

TELÉFONO

FECHA DE NACIMIENTO