



## EMPODERAMIENTO PARA MUJERES: AUTOCONOCIMIENTO, BIENESTAR Y RESPETO.

### OBJETIVO

Tomar conciencia de nuestra valía, de nuestras capacidades, hacernos respetar como mujeres.

### CONTENIDO

- Autoconocimiento para el cambio : “ Así soy yo”
- ¿Qué es el “buen trato”?
- Expresa tus emociones y sentimientos
- Supera tus miedos
- La importancia del bienestar
- Cómo respetar y hacerse respetar ( la importancia del respeto y la tolerancia hacia la diversidad)

### FECHAS

Pendiente de confirmar

### DIRECCIÓN

- C/ Cardenal Cisneros , nº 8. 46701, Gandia
- Ptda del Prado, s/n. 46721, Potries

### DIRIGIDO A

Personas con discapacidad intelectual (principalmente)