



Has pensat en l'efecte terapèutic de les amigues?

Tens amb qui compartir les teves alegries, les teves penes o simplement un cafè?

Tens amb qui celebrar el teu aniversari, anar a comprar roba interior o anar al gimnàs?

Saps quins són els recursos que tens a la teva disposició per buscar feina, trobar un nou habitatge o escollir una escola per als teus fills?

Si la resposta a alguna d'aquestes preguntes és NO; posa't en contacte amb nosaltres.

Aquest espai ha estat creat per a tu...

què volem aconseguir?

- * Promoure el desenvolupament o la recuperació de les habilitats o els recursos personals per aprofitar aquesta situació de canvi com una **oportunitat de millora i creixement personal**.
- * Potenciar l'**autonomia personal** a partir del coneixement, control de les emocions personals i generació de recursos econòmics.
- * Millorar les habilitats d'interrelació, amb especial èmfasi en habilitats comunicatives que ajuden a **crear i reforçar la xarxa social i laboral**.
- * Afavorir el coneixement i el **reconeixement mutu** entre dones de diferents realitats, orígens, classe social, etc.
- * Facilitar el **coneixement i l'ús dels recursos que ofereix el territori** com a plataforma de desenvolupament personal.

què oferim?

- * Un espai de trobada per a dones en el qual es facilita la interrelació, el coneixement i el reconeixement mutu, el coneixement de l'entorn i les possibilitats de vincular-s'hi.

on i quan?

- * **Mas Guinardó**
Pl. Salvador Riera, 2
Tel. 93 436 71 33
Data d'inici: 7 de febrer de 2013
Data finalització: juny de 2013
Dies de trobada: dijous de 18 a 20 h, cada setmana
Accés gratuït amb servei de cangur

bcn.cat/
horta-guinardo
facebook.com/BcnHorta_Guin
twitter.com/DistricteHortaGuinardo

programa nous veïns veïnes d'Horta-Guinardó

troba't

- * El **Programa Nous Veïns i Veïnes**, en el marc del Pla de Ciutadania, Convivència i Diversitat d'Horta-Guinardó, repeteix enguany un projecte per a dones del districte que hagin o estiguin passant per un moment de canvi important en la seva vida (procés migratori, separació, problemes de salut, emancipació dels fills/es, pèrdua del lloc de treball...) el qual suposi un obstacle per a la seva socialització i comunicació.

Ajuntament de
Barcelona





¿Has pensado en el efecto terapéutico de las amigas?

¿Tienes con quien compartir tus alegrías, tus penas o simplemente una taza de café?

¿Tienes con quien celebrar tu cumpleaños, ir a comprarte lencería o con quien ir al gimnasio?

¿Sabes cuáles son los recursos que tienes a disposición para buscar trabajo, encontrar una nueva vivienda o elegir colegio para tus hijos?

Si la respuesta a algunas de estas preguntas es NO, entonces ponte en contacto con nosotras.

Este espacio ha sido creado para ti...

¿Qué queremos conseguir?

* **Promover** el desarrollo o recuperación de las habilidades o recursos personales para aprovechar esta situación de cambio como una **oportunidad de mejora y crecimiento personal**.

* Potenciar la **autonomía personal** a través del conocimiento, control de las emociones personales y generación de recursos económicos.

* Mejorar las habilidades de interrelación, con especial énfasis en destrezas comunicativas para **crear y reforzar su propia red social y laboral**.

* Favorecer el conocimiento y el **reconocimiento mutuo** entre mujeres de diferentes realidades, orígenes, clase social, etc.

* Facilitar el **conocimiento y el uso de los recursos que ofrece el territorio** como una palanca de desarrollo personal.

¿Qué ofrecemos?

* Un espacio de encuentro en el que se facilita la interrelación, el conocimiento y reconocimiento mutuo, el conocimiento del entorno y las posibilidades de vinculación con éste.

¿Dónde y cuándo?

* **Mas Guinardó**
Pl. Salvador Riera, 2.
Telf.: 93 436 71 33
Fecha de inicio: 7 de febrero de 2013
Fecha de finalización: junio de 2013
Días de encuentro: Jueves de 18 a 20h, cada semana
Acceso gratuito con servicio de canguro

bcn.cat/
horta-guinardo
facebook.com/BcnHorta_Guin
twitter.com/DistricteHortaGuinardo

**programa
nous
veïns
veïnes
d'Horta-Guinardó**

troba't

* El Programa Nous Veïns i Veïnes, en el marco del Pla de Ciutadania, Convivència i Diversitat de Horta-Guinardó, repite este año un proyecto **dirigido a mujeres** del distrito que estén pasando por un momento de cambio muy importante en sus vidas (proceso migratorio, separación, problemas de salud, emancipación de los hijos/as, pérdida de trabajo,...) suponiendo un obstáculo para su socialización y comunicación.

Ajuntament de
Barcelona

