



NORK BERE BURUA EZAGUTZEKO ETA ESTRESA KUDEATZEKO PRESTAKUNTZA TAILERRA.

*Talleres formativos de autoconocimiento y
gestión del estrés*

Nori zuzendua: 1995-2009 bitartean jaiotako gazteak.

Dirigido a: Jóvenes nacidos entre 1995-2009.

Sopela, Berango, Barrika, Gorliz, Leioa, Lemoiz, Plentzia
eta Urdulizen erroldatutakoak.

Empadronados/as en Sopela, Berango, Barrika, Gorliz,
Leioa, Lemoiz, Plentzia y Urduliz.

15-18 urte /años

TALDEAK AUKERATU

Elige el grupo

Ordutegia/ Horario: 16:00-18:00

1 Taldea/ Grupo: Urriaren 2tik azaroaren 6ra.

Del 2 de octubre al 6 de noviembre.

2 Taldea/ Grupo: Azaroaren 13tik abenduaren 18ra.

Del 13 noviembre al 18 diciembre.

19-21 urte/ años

2025ko urtarrilaren 8tik otsailaren 12ra.

Del 8 de enero de 2025 al 12 de febrero de 2025.

1 Taldea/ Grupo: **Ordutegia/** Horario: 16:00-18:00

2 Taldea/ Grupo: **Ordutegia/** Horario: 18:00-20:00

22-29 urte/ años

Ordutegia/ Horario: 18:00-20:00

1 Taldea/ Grupo: Urriaren 2tik azaroaren 6ra.

Del 2 de octubre al 6 de noviembre.

2 Taldea/ Grupo: Azaroaren 13tik abenduaren 18ra.

Del 13 noviembre al 18 diciembre.

Informazioa eta izen emateak

Información e inscripciones

Irailaren 16tik 29ra arte / Del 16 al 29 de septiembre

<https://sarrerak.sopela.eus/inskripzioa>

Kurtzio Kultur Etxean: 94 406 55 05

