

2024

JORNADAS SOCIAIS

DE ARMAMAR

29 NOV CENTRO INTERPRETATIVO
DA MULHER DURIENSE

8:45 Secretariado
9:00 Sessão de Abertura

1.º PAINEL

GESTÃO DE STRESS E MINDFULNESS

9:15 Workshop Stressless para Profissionais (inscrições limitadas*)
Sílvia Abreu, Presidente da Associação Tocar n' Alma

11:15 Coffee break

11:30 Workshop Stressless para Profissionais (inscrições limitadas*)
Sílvia Abreu, Presidente da Associação Tocar n' Alma

2.º PAINEL

VIOLÊNCIA E IGUALDADE DE GÉNERO

14:30 Recuso Ser Vítima - Palestra e Teatro Fórum sobre a Violência
Sílvia Abreu, Presidente da Associação Tocar n' Alma

16:30 Sessão de Encerramento

Mais informações:
Município de Armamar (Setor de Desenvolvimento Social)
Telf. 254 850 800
Email. cmonteiro@cm-armamar.pt



* Inscrições gratuitas e obrigatórias