



# VIVIR COMO YO QUIERO

En las sesiones se trabajan las siguientes temáticas: Mis **motivaciones**, el **control de mi vida**, planificar y gestionar **mi tiempo**, tomar decisiones, **pensar en positivo** y darse permiso.

## FECHAS:

Del 5 de marzo al 11 de junio

## HORARIO:

Martes de 10.00h. a 11.30h.

## PREINSCRIPCIONES:

 Del 12 de febrero al 1 de marzo

Recepción Centro de Mayores de lunes a viernes de 11.30h. a 13.30h. y de 17.30h. a 19.30h.

## LUGAR:

 Centro de Mayores Reina Sofía