

## **BUSCA TU PAZ INTERIOR.**

**MONITORA: Ana Goicoechea.**

Miércoles de 19:00 a 21:00.

De octubre a marzo.

Casa de Cultura.

Cuota: 165 euros.

Este taller pretende que las personas participantes logren relajarse y acceder a su interior a través de técnicas de pensamiento positivo, conocer las prioridades vitales e interiorizar las vivencias más profundas. Se mostrarán recursos para conseguir vivir de una manera más consciente y mejor.