

CURSO DE GESTIÓN DEL TIEMPO PERSONAL Y PROFESIONAL

Vva. de la Cañada, 24 de marzo.- La Concejalía de Mayores y Mujer organiza un Curso de Gestión del Tiempo, que comenzará el próximo 14 de abril. El objetivo del curso es dotar a los participantes de conocimientos, habilidades y estrategias para afrontar con mayor éxito las tareas del día a día, reduciendo el estrés y garantizando una mejor calidad de vida.

El curso, de 16 horas, se desarrollará en el Centro Cívico El Molino (C/Molino, 2) durante ocho jornadas semanales (martes), de dos horas de duración (de 18:00 a 20:00 h.). Las personas interesadas pueden inscribirse en la conserjería del Centro Cívico El Molino. La actividad es gratuita.