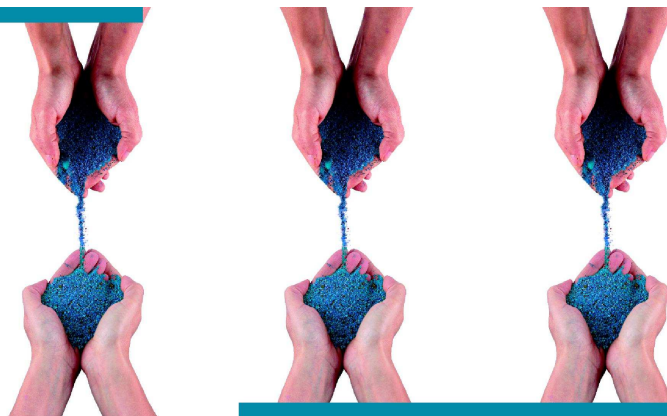


Afegeixi la direcció comunicacio@saludyfamilia.es als seus contactes per tal de rebre correctament els nostres butlletins

[Cliqui aquí si no visualitza correctament el butlletí](#)

banc del temps



Associació Salut i Família

Butlletí nº 92 - Desembre 2018



*PLIEGUE de la materia
en donde reposaba
incandescente el solo
residuo del amor*

*Poema de José Ángel Valente
Material Memoria*

La Asociación Salud y Familia desea felices fiestas a beneficiarias, entidades socias y organismos financiadores.

L'Associació Salut i Família desitja bones festes a tothom, beneficiàries, entitats sòcies i organismes finançadors.



L' Ajuntament de Sevilla organitza les Jornades sobre Economía col·laborativa i Bancs del Temps

L'Ajuntament de Sevilla organitza unes jornades sobre "Economies col·laboratives i Bancs del temps", que van ser el passat 13 de desembre a les que va assistir en qualitat de ponent la Sra. Josefina Altés, voluntària de l'Associació Salut i Família dels Bancs del Temps

SORTIDES DE TARDOR

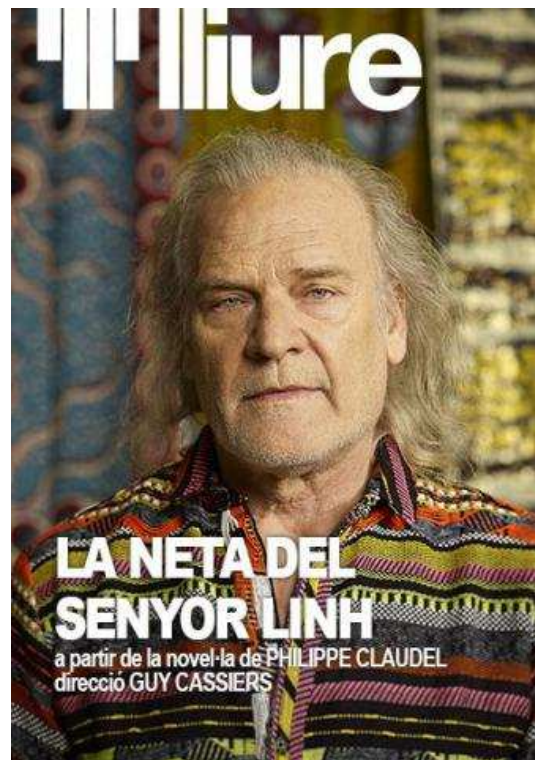


VISITA AL MUSEU FREDERIC MARÈS

La xarxa dels Bancs del Temps van anar a la sortida al Museu Frederic Marès a veure la col·lecció d'escultures; va ser el dissabte 24 de novembre a les 10h. També gràcies al Programa Apropa Cultura

SORTIDA AL TEATRE LLIURE LA NÉTA DEL SENYOR LINH

La Xarxa dels Bancs del Temps va a veure l'obra de Philippe Claudel, la néta del senyor Linh, el Teatre Lliure, dirigida per Guy Cassiers.
Versió teatral de la famosa novel·la de Philippe Claudel, amb més de dos-cents mil exemplars venuts i publicada en onze idiomes. Una faula sobre l'exili, la soledat i la recerca de la identitat. Un monòleg interpretat per Lluís Homar en un dels muntatges del mateix text del director de l'Toneelhuis Guy Cassiers. Una activitat que es realitza gràcies al programa Apropa Cultura entrades exhaurides



Taller de creixement personal del Banc del Temps del Vendrell

El Banc del Temps de l' Vendrell organitza un Taller de creixement personal a través de l'anàlisi tradicional. El cicle constarà de vuit sessions en què es podrà arribar Autonomia i connectar amb l'ésser interior. La propera serà el 20 de desembre

A càrrec de Conxita Grau a la Sala de Reunions de la 4a planta de l'Eina a les 18h

Més informació:

tempsexarxa@gmail.com

BANC DE TEMPS DEL VENDRELL

CREIXEMENT PERSONAL
A través de l'Anàlisi Tradicional

El cicle constarà de 8 sessions en les que podrem assolir Autonomia i connectarem amb el ser interior. Utilitzarem diferents tècniques de relaxació i visualització.

- Dijous, 25 d'octubre de 2018: "Formació de la personalitat (Com s'han format els nostres patrons de conducta)"
- Dijous, 29 de novembre de 2018: "Comunicació verbal i no verbal (o actitudinal) (Diferents maneres de comunicar-se a través del llenguatge i de l'apititud personal)"
- Dijous, 21 de desembre de 2018: "Càrtics i reconeixements (Importància de la necessitat de càrtics i reconeixement en les nostres vides com satisfer-la)"
- Dijous, 21 de gener de 2019: "Estructuració del temps (Què fem amb el temps de la nostra vida? Diferents maneres de distribuir el nostre temps de manera enriquidora)"
- Dijous, 28 de febrer de 2019: "Emoció (Com identificar-les i canalitzar-les de manera saludable)"
- Dijous, 28 de març de 2019: "Posició existencial (Quina percepció tinc de mi mateix i de l'entorn)"
- Dijous, 25 d'abril de 2019: "Tipus psicològics (Mecanismes que utilitzem per confirmar els nostres rols: Salvador, Persaguldor i Victima)"
- Dijous, 25 d'abril de 2019: "Simbiosi i relacions de dependència (Relacions insanes basades en la submissió i la dependència)"
- Dijous, 23 de maig de 2019: "Guàrd de Vida (Tota la programació mental que condiciona i afecta la nostra vida no deixant-nos ser nosaltres mateixos ni viure el nostre autèntic potencial)"
- "Mini guàrd (Estímul mental aprofundit que perpetua el Guàrd de Vida)".

A CÀRREC DE: Conxita Grau
LLOC: A la Sala de Reunions de la 4a. planta de l'Eina.
HORARI: 18 h.

Per més informació ☎ 977 664 002 ✉ tempsexarxa@gmail.com

YOGA-NIDRA El Tiempo Cíclico

8 enero - 22 enero 2019
5 febrero - 26 febrero

18:00 - 19:20 h

Centre Cívic St. Joan
Banc del Temps
Vilanova i la Geltrú
banadeltemp@vilanova.cat

Ana Sesma Nuez

Necesitarás: ropa cómoda y abrigada, una manta, un cojín o almohada para colocar bajo las piernas si crees que la zona lumbar puede molestarte.

***Contraindicado: epilepsia, dolencias psíquicas severas, uso estupefacientes.

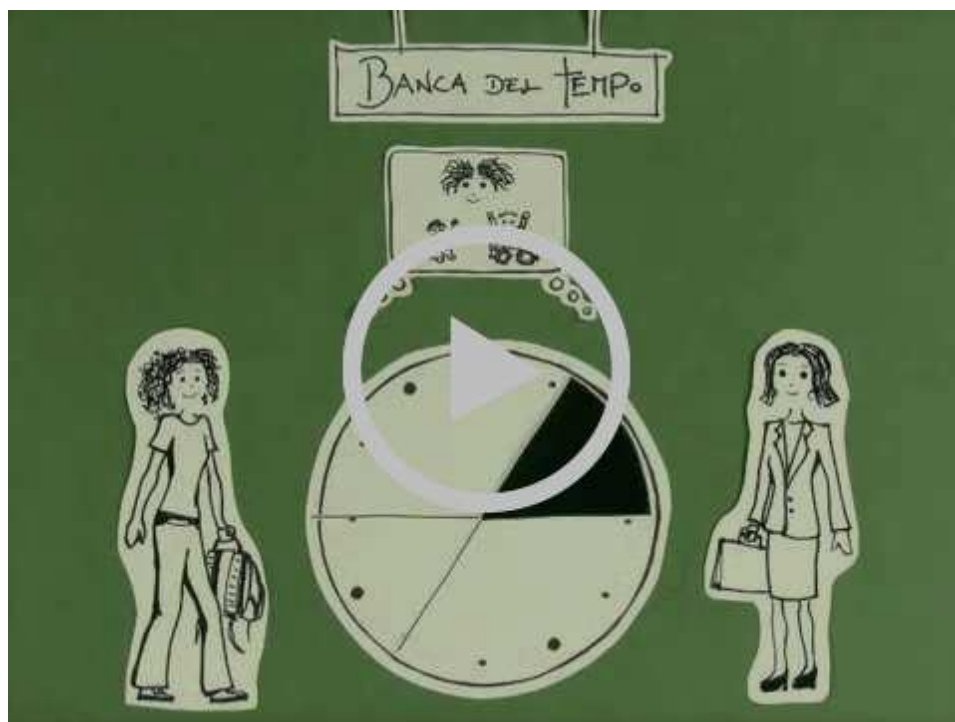
El Banc del Temps de Vilanova i la Geltrú prepara un cicle de taller Yoga-Nidra

El Banc del Temps de Vilanova i la Geltrú prepara un cicle de loga-Nidra, el temps cíclic durant el 2019. Impartits per Ana Sesma Nuez.

INTERNACIONAL

Mercat de Nadal Banc del Temps de Catània

El Banc del Temps de Catània, participarà en el Mercat de Nadal organitzat per l'administració de Sant'Agata li Battiati els dies 14, 15 i 16 de desembre, de les 10.30 a les 20.30 a l'antiga vila de Sant 'Agata Li Battiati. Durant el mercat s'exposaran objectes dels nostres laboratoris, s'intercanviaran diversos llibres de ficció (Free Library) i per als nens s'activarà una animació de pintura sobre còdols.



VÍDEO DE LA XARXA DEL BANC DEL TEMPS A ITÀLIA

L'Associazione Nazionale Banche Del Tempo ha editat un vídeo explicatiu i educatiu dels Bancs del Temps.



Agermanament dels Bancs del Temps d'Ali Terme y Niquelino al 2019

Els Bancs del Temps de Ali Terme i de niquelina anuncien la seva agermanament per al proper 2019

PROJECTE SUBVENCIONAT PER:



[Més informació a la pàgina de facebook](#)



Facebook



Twitter



Banc del Temps Escolar



Pàgina web

Copyright © **|CURRENT_YEAR|* *|LIST:COMPANY|**, All rights reserved.
|IFNOT:ARCHIVE_PAGE|* *|LIST:DESCRIPTION|

Our mailing address is:

|HTML:LIST_ADDRESS_HTML|* *|END:IF|

[cancel·la la subscripció](#) [modifica la subscripció](#)

|IF:REWARDS|* *|HTML:REWARDS|* *|END:IF|