

L M X J V S D

SEPTIEMBRE

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

L M X J V S D

OCTUBRE

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

L M X J V S D

NOVIEMBRE

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

L M X J V S D

DICIEMBRE

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

ENERO

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

FEBRERO

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

MARZO

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

ABRIL

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

MAYO

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

JUNIO

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

CURSO 2023-2024

CALENDARIO ESPACIO ABIERTO ADULTO

A partir de 25 años

De 18:00 a 20:00 horas

LUGAR: General Concha. 19

48010 Bilbao

ESPACIO ABIERTO ADULTO

Para **INTERAC**, seguir innovando en proyectos en que la colaboración, el respeto, la discreción y la mutua admiración fuesen distintivos, ha sido nuestra seña de identidad.

Queremos un espacio para adultos de la misma calidad que hemos venido diseñando actividades para menores.

A cierta edad nos puede costar más reconocer la necesidad de seguir aprendiendo, y encontrar el tiempo necesario para ello.

Pocas actividades hay tan lúdicas como aprender, incorporar nuevos recursos al propio acervo de conocimiento y además hacerlo compartiendo con iguales.

En **ESPACIO ABIERTO ADULTO**, tendrán la oportunidad para indagar los aciertos y dificultades del día a día, lo que cuesta admitir y resolver.

Las propias incoherencias y las dificultades que surgen con ellas y se instalan, aunque seamos capaces de reconocerlas, puede que no dispongamos de recursos para erradicarlas.

Los temas sobre los que indagar e incidir con más profundidad, se irán presentando en cada sesión, intentando ir de las habilidades sociales a las emocionales y descubriendo las interferencias y vulnerabilidades que aparecen.

- ✚ 75 minutos de presentación, reflexión, comunicación y puesta en común sobre competencias sociales, emociones, sentimientos... Un espacio más íntimo en que se tratarán distintos temas de interés, desde la teoría llegando a la práctica.
- ✚ 45 minutos de práctica teatralizada, en que se propondrán actividades sobre el tema tratado y habrá pequeñas representaciones, individuales o colectivas, con el personaje que corresponda en cada situación.

No siendo un espacio terapéutico, puede resultar sanador. Está abierto a cualquier persona, pero recomendamos la actividad a parejas, para mejorar o profundizar en la relación, y a padres y madres con la responsabilidad de una vida familiar saludable, especialmente quienes tienen hijas e hijos en el mismo proyecto: **Espacio Abierto Joven o Espacio Abierto Primaria** comprenderán mejor los constructos con los que se trabajan y podrán de manera más eficiente continuar en casa.

Personas Adultas con hijos o hijas en Espacio Abierto Joven o Espacio Abierto Primaria, tendrán un 50% de descuento.

Para la primera sesión de prueba no se exige compromiso, pero es necesario apuntarse, para poder preparar la sesión adecuadamente.

Te esperamos en **General Concha, 19** (Bilbao).

Puedes empezar en cualquier momento,

Elisa Álvarez

Directora

