

Desayuno de trabajo:

Resiliencia: Cómo diseñar nuestro propio paracaídas.

Programa:

- Asegurar la supervivencia en tiempos difíciles.
- Entender la resiliencia como proceso. Estrategias para lograrlo.
- Aprender de las emociones negativas. El sentido otorgado al sufrimiento.
- Incrementar la conciencia de qué factores de protección nos permiten crecer y avanzar.

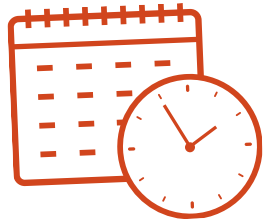
Ponente:

Claudia Badenes Tejado.
Psicóloga General Sanitaria.

Matrícula:

Actividad gratuita y exclusiva para colegiados.

Colabora:



Miércoles

6 de marzo de 2024

de 10:00 a 11:30 horas

Inscripción
presencial

Inscripción
streaming