

“SI TE ENCUENTRAS EN LA MENOPAUSIA O A PUNTO DE VIVIRLA ESTO TE INTERESA”

PARTICIPA EN EL CURSO PSICOEDUCATIVO

“¿CÓMO VIVIR DE MANERA SALUDABLE MI MENOPAUSIA?”

APRENDERÁS A CONOCER Y REGULAR TUS EMOCIONES.

APRENDERÁS A PENSAR DE MANERA MÁS SANA Y ADAPTATIVA.

APRENDERÁS A RESOLVER PROBLEMAS EN DISTINTOS ÁMBITOS DE TU VIDA DE FORMA SALUDABLE.

Dirigido a todas las mujeres trabajadoras del hospital de todos los turnos, que se encuentren entre los 45 a los 65 años de edad.

Se podrá obtener **constancia con valor curricular** siempre que se asista a un mínimo de 6 sesiones.
Constará de **8 sesiones** semanales de una hora, en los siguientes horarios:



SESIÓN 1 SÁBADO 06/OCT/18 11-12 hrs. ó 16-17 hrs.	SESIÓN 2 DOMINGO 07/OCT/18 12-13 hrs. ó 16-17 hrs.	SESIÓN 3 SÁBADO 13/OCT/18 11-12 hrs. ó 16-17 hrs.	SESIÓN 4 DOMINGO 14/OCT/18 12-13 hrs. ó 16-17 hrs.
SESIÓN 5 SÁBADO 20/OCT/18 11-12 hrs. ó 16-17 hrs.	SESIÓN 6 DOMINGO 21/OCT/18 12-13 hrs. ó 16-17 hrs.	SESIÓN 7 SÁBADO 27/OCT/18 11-12 hrs. ó 16-17 hrs.	SESIÓN 8 DOMINGO 28/OCT/18 12-13 hrs. ó 16-17 hrs.

Inscríbete en el 3er piso en el Servicio de Psicología Clínica. ¡TE ESPERAMOS!
Espacio por asignar