

ONLINE JARDUERAK

EMOZIOAK ETA SENTIMENDUAK KUDEATZEN

Apirilaren 20tik maiatzaren 15era

- JARDUEREN ETA EMOZIOEN KUDEAKETARI buruzko asteko saioak.
- AUTOZAINZTA EMOZIONALEKO, FISIKOKO ETA DIGITALEKO asteko jarduerak.
- PSIKOLOGOAREN ASTEKO BIDEOAK.
- JARRAIBIDEAK ETA LAGUNTZA PSIKOLOGIKOA.
- KONTSULTA-POSTONTZIA.
- CALL CENTER apirilaren 20tik 27ra, 10:00etatik 13:00etara eta 15:00etatik 20:00etara.

Informazio gehiago:

<https://labur.eus/gyrzo>

ACTIVIDADES ONLINE

GESTION DE LAS EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

Del 20 de abril al 15 de mayo

- Sesiones semanales sobre GESTIÓN DE ACTIVIDADES Y EMOCIONES.
- Actividades semanales de AUTO-CUIDADO EMOCIONAL, FÍSICO Y DIGITAL.
- VIDEOS SEMANALES DE PSICOLOGÍA,
- PAUTAS Y ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO.
- BUZÓN DE CONSULTAS.
- CALL CENTER del 20 al 27 de abril de 10:00h a 13:00h y de 15:00h a 20:00h.

Mas información:

<https://labur.eus/sNSgP>



Ortuella
Udala Ayuntamiento