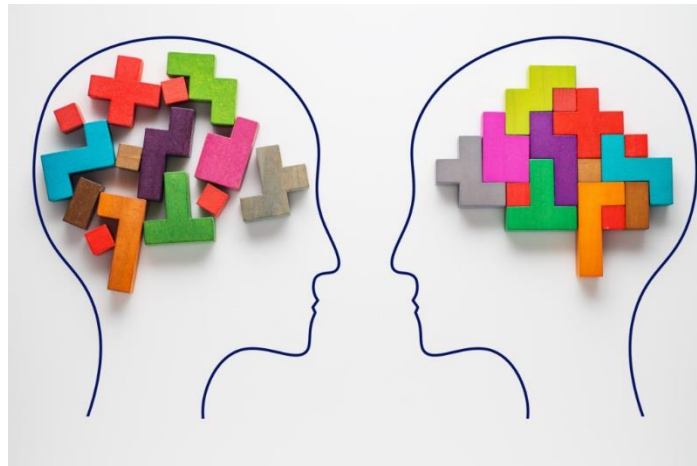


CURSO ¡EMPODÉRATE!

TALLER

CÓMO PRESERVAR TU SALUD MENTAL



- ✓ **OBJETIVO:** Tras la aparición del COVID ha surgido el debate y la preocupación por la salud mental. En este taller te daremos información sobre lo que es la salud mental, que datos son los que han causado esta alarma y cómo puedes mejorar tu bienestar mental.
- ✓ **HORARIO:** 22 DE FEBRERO DE 18:30 A 19:30 H.
- ✓ **PROFESORADO:** El temario será impartido por **María Antonia Losada**, Coach, psicóloga y Directora General de la escuela de coaching Lider-haz-GO!
- ✓ **TEMARIO:**
 - **Salud mental y trastorno mental.**
 - **Hábitos para tener una buena salud mental**

Organiza:

Subvenciona:

Colaboran:



MADRID FORO EMPRESARIAL

