



Organizado por el Ayuntamiento de la Villa de Ajalvir.

Días: 14,15,19,21,22,26 ,28y 29 de Julio

Hora: De 10 a12 horas.

Lugar: Av. Juan Carlos I, nº 20.

Dirigido: A todas las personas mayores que deseen desarrollar nuevas estrategias y mejorar sus emociones positivas.

Objetivo :

Aprender a desarrollar nuevas estrategias a partir de las emociones como la alegría, el entusiasmo, la satisfacción, el orgullo, la complacencia, etc., aunque distintas entre sí, comparten la propiedad de ampliar los repertorios de pensamiento y de acción de las personas y de construir reservas de recursos físicos, intelectuales, psicológicos y sociales disponibles para momentos futuros de crisis.

Curso: Educando emociones positivas.
Profesora: Marissa Cárdenas Ayala.