

TALLER-CONFERÈNCIA AL VOLTAT DE LES EMOCIONS I LA NEUROCIÈNCIA “Ocupa’t del regne del cor i la resta arribarà”

Es tracta d'un **taller que es realitzarà el divendres 11 d'abril del 2015** (16.30h a 19.30h).



CONTINGUT

1. **Neurociència i emoció:** com afecten les emocions al nostre benestar.
2. **Hàbits de conducta emocional** per a una vida saludable.
3. **Consciència i regulació emocional.**

TERAPEUTA

Mercè Puigfel, terapeuta de shiatsu i Moviment i formadora en Educació Emocional i Benestar.

LLOC

Barcelona

PREU

25 euros la primera sessió i 15 euros la segona sessió.

