Inteligencia emocional-Tardienta

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

Actividad gratuita
impartida por el Centro de Educación de Personas Adultas Monegros, dirigida a fortalecer las habilidades emocionales de la población, como la gestión de emociones, la empatía, la comunicación asertiva y el manejo del estrés. A través de dinámicas participativas y ejercicios prácticos, se busca mejorar la autoconciencia, las relaciones interpersonales y el bienestar emocional en la vida cotidiana. Este activo en salud se desarrollará durante el curso escolar 2026-2027.

Población

Población General - Cualquiera (Mayores de 18 años)

Persona de contacto

Eva Latre (974-571116) (cpepamonegros@gmail.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

CPEPA Monegros

Fecha de última actualización de la actividad

19/10/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Avenida . . . . . Tardienta Huesca Aragón España



Fecha de la Actividad

De 01/09/2026 a 29/10/2027