

Prevención

Estrés y Salud mental

Natua
Aprendizaje

Introducción

La salud mental entre los adolescentes se sitúa en el epicentro de las preocupaciones entre profesionales, familia, jóvenes, etc. ¿ Pero tienen todas las herramientas disponibles a su alcance?, ¿ Saben detectar a tiempo las señales que nos manda el cuerpo y la mente?, ¿ Se pueden prevenir ciertas patologías?, ¿ Cómo?.....

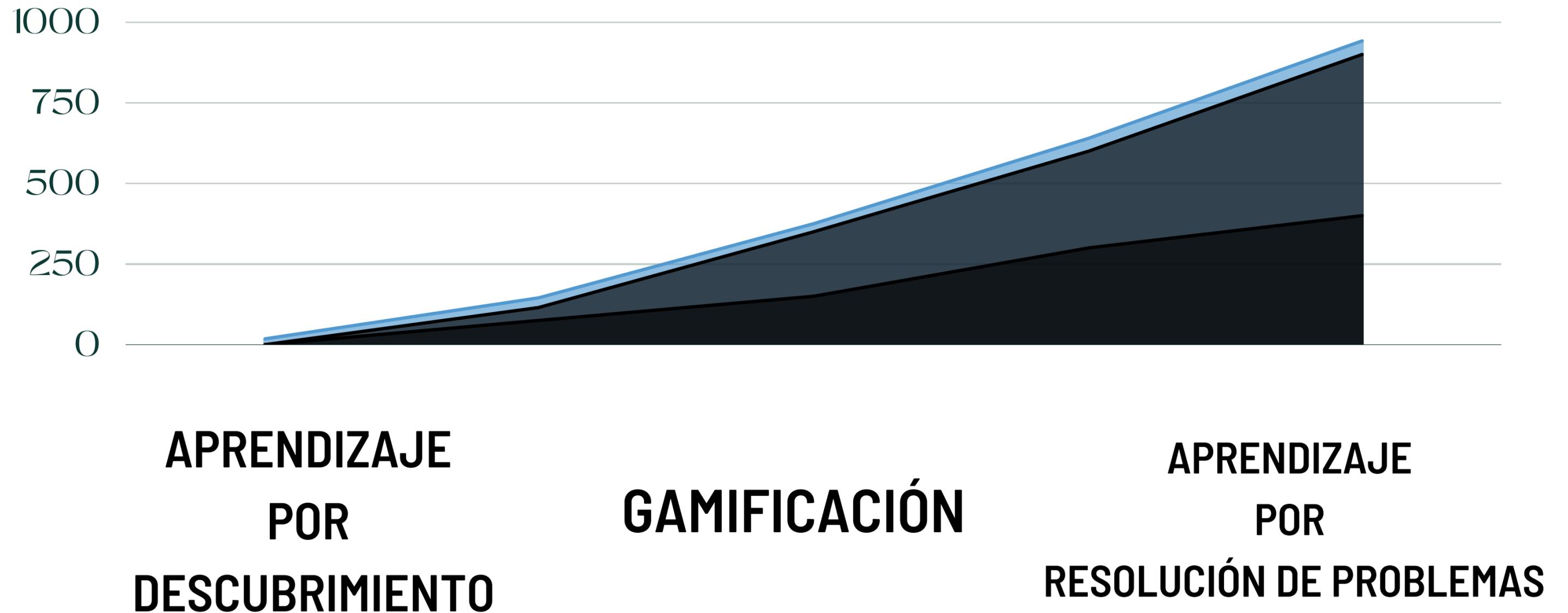
Sesiones dirigidas a grupos juveniles, alumnado de la ESO, FP Y BACHILLERATO

Duración: 50-60 minutos

Lugar: Centros educativos , centros juveniles, etc.



METODOLOGÍA



Contenidos

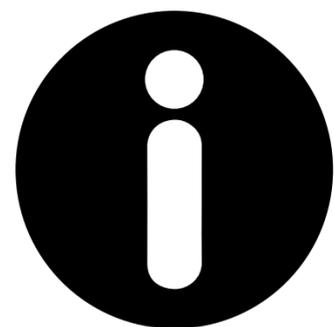
01 - La salud mental entre los adolescentes.

02 - Estrés, cargas y resistencias.

03 - Autoconocimiento y señales.

04 - Recursos y herramientas.





INFORMACIÓN Y PRECIOS



aprendizaje@natuamadrid.com



687507988

