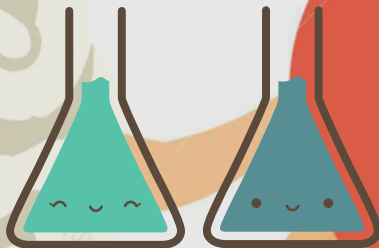


¿Tienes entre 13 y 16 años?

# Laboratorio de emociones



Mar. 26, Abr.9 y Abr.23

Av. Madariaga, 1, 4 piso (Bilbao)

Agintzari

**Horario**

17:30-19:00

**imparten**

Eneko Mendiluze-Psicólogo

Ane Eguren-Psicóloga

**Precio**

80 €

adoptia

Agintzari

Osartu Ekinerako Kooperatiba  
Cooperativa de Iniciativa Social



# Contenido

- Aprenderemos a **identificar** y a **regular** las **emociones**
- Vamos a reflexionar sobre **cómo nos relacionamos** con nuestras emociones y con las de los demás.
- ¿Cómo reaccionamos** ante las situaciones difíciles?; **¿Qué podemos hacer?** !Descúbrelo!
- ¿Qué son las relaciones sanas?** Nos volveremos más sabios sobre las emociones...

# Metodología

- Actividades lúdicas
- Dinámicas experienciales



*"Tu intelecto puede confundirse, pero tus emociones nunca te mentarán".*

-Roger Ebert-

