

OFERTA FORMATIVA

2019

> TÉCNICAS ARTÍSTICAS Y  
PSICOLÓGICAS PARA MEJORAR  
EL RENDIMIENTO ACADÉMICO



## TÉCNICAS ARTÍSTICAS PARA MEJORAR TU RENDIMIENTO

**Día:** 9 de mayo  
**Horario:** 12:00-14:00 h  
**Lugar:** Centro Santa Agatoclia  
**Participantes:** Jóvenes 16-30 años

El objetivo es facilitar a los/las jóvenes herramientas vinculadas con la psicología y el arte para afrontar situaciones bien de carácter emocional (ansiedad, concentración, tristeza...), bien relacional (acoso escolar...), que limitan las posibilidades de un mejor rendimiento académico y un mayor bienestar en su vida. Técnica para crear momentos de calma desde los cuales rendimos mejor.

### CONTENIDOS DEL TALLER

- Focusing
- Mindfulness
- Escritura creativa

INSCRIPCIÓN GRATUITA  
COMARCA BAJO CINCA/BAIX CINCA  
C/ Manuel Alabart, 23  
[juventud@bajocinca.es](mailto:juventud@bajocinca.es)  
974454196