

**INTRODUCCIÓN:**

Conjunto de propuestas formativas de psicología, bienestar emocional y mindfulness para la comunidad educativa.

**OBJETIVOS:**

Promover habilidades emocionales, autocuidado, atención plena y bienestar psicológico.

**DESTINATARIOS:**

Alumnado y comunidad educativa, según propuesta concreta.

**COSTE:**

Consultar condiciones de la actividad.

**CONTACTO:**

Sebastián Villanueva / Clínica Sanitaria ESTUPENDAMENTE! Correo: sebavilla@gmail.com.