

TALLER DE MINDFULNESS Y DESARROLLO PERSONAL



**UNIDAD DE ATENCIÓN
PSICOLÓGICA**
VICERRECTORADO DE ESTUDIANTES Y
EMPLEO
UNIVERSIDAD DE ALMERÍA

¿QUÉ OFRECEMOS?

- Servicio psicológico individualizado y gratuito** para toda la comunidad universitaria (Estudiantes, PAS y PDI)
- Talleres grupales sobre emociones:** Vergüenza, Enfado, Técnicas de Mindfulness
- Grupo Regular de Meditación.** Todos los viernes de 12-13 h, en Edificio Central

Cita previa en:
uatpsico@ual.es



CONTACTO:

Teléfono: 950 214134 - 950 214413
E-mail: uatpsico@ual.es
Mapa Web: www.ual.es → Órganos de Gobierno →
Vicerrectorado de Estudiantes y Empleo → Unidad de Atención psicológica

¿DÓNDE ESTAMOS?



- Edificio: Centro de Atención al Estudiante (CAE)
- Planta: 2
- Despachos: 2.08 y 2.11

- ✓ **Lugar:** UAL, Edif. Central (Aula de Psicomotricidad)
- ✓ **Días:** 8 y 15 de abril de 2016
- ✓ **Hora:** de 9 a 14 h
- ✓ **Precio:** 25 € (incluye certificado de la realización del taller)
- ✓ **Inscripción:**
https://cvirtual.ual.es/sipUal/web/AutoLiquidacion.seam?ID_UNIDAD=23
- ✓ **Correo electrónico:** uatpsico@ual.es
- ✓ **Formador:** D. Serafín Gómez
- ✓ **Plazas limitadas (25)**
- ✓ **Llevar ropa cómoda**

