



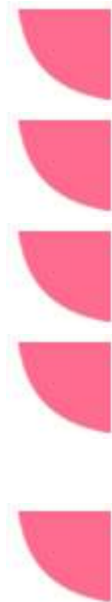
Adimen emozionala: zer da sentitzen dudana? Tailerra

Emozioak identifikatu eta modu egokian nola kudeatu ikastearen garrantzia.



Gaur egungo gizartean moldatzeko eta, orokorrean, gure bizitza ahalik eta egokien kudeatzeko, ezinbestekoa da gure burua ezagutu eta gure emozioak kudeatzen jakitea.

Tailer honen bitartez adimen emozionala landuko da. Norberaren emozioak identifikatzen ikasi, eta horiek modu egokian kudeatzeko estrategiak landuko dira.



Datak: Otsailak 11

Formatua: Aurrez aurre

Iraupena: 3 ordu

Hartzaileak: 18-30 urte bitarteko Gipuzkoako gazteak.

Trebatzailea: Jone Zalduegi, Emoki



Lekua: Legazpiko kultur Etxean

Hizkuntza: Euskaraz

Erakundea: Legazpiko Udala



Izen-ematea:

Izena emateko epea otsailaren 8an amaituko da.

Plazak betez gero, itzarote-zerrenda sortuko da izen-emateen ordenari jarraituz, bazarik egonez gero plazak bete ahal izateko.

<https://www.gipuzkoa.eus/eu/web/gazteria/treba/gazteak/adimen-emozionala-legazpi/izen-ematea>