Sesiones Mindfulness infantil

¿Para quién?
Niños/as de 5 a 12 años
(Grupos reducidos)

¿Cuándo?
Viernes de 18-19 horas

¿Cómo?
Grupo abierto, no es necesario asistir a todas las sesiones

Sólo tendrás que reservar tu plaza para la próxima sesión

+ Info:
Tlf: 678.49.04.83
info@psicoactua.com
www.psicoatua.com
Hospital Vithas Internacional Medimar

ME CONOZCO: a mí mismo y a mis emociones…

ME CONTROLO: regulo mis emociones, me relajo…

ME QUIERO: me cuido, me aprecio, me quiero…

ME CONCENTRO: aprendo a focalizar mi atención…

ME COMUNICO: aprendo a escuchar, a expresarme mejor…

PsicoActua INFANTIL