

L'EDUCACIÓ EN LA FELICITAT

Xerrada sobre educació emocional

Us convidem a una xerrada sobre educació emocional a càrrec d'en **Ferran Salmurri**, un reconegut psicòleg clínic que ha dedicat bona part de la seva carrera a combatre l'analfabetisme emocional. Segons les seves pròpies paraules, l'ésser humà pot aprendre a ser feliç i això vol dir sentir-se bé amb un mateix i amb una mateixa.

- Què vol dir ser feliç?
- Com es construeix l'autoestima?
- L'autocontrol de la conducta i de les emocions
- Pensament positiu: Podem aprendre a pensar millor?
- Comunicació assertiva

Dijous 18 de maig, a les 16:45 al gimnàs de l'escola Ítaca



*Aprendre a viure, a ser més feliç, implica practicar.
És una manera de viure, una actitud davant de la vida.
S'ha de recordar que som allò que practiquem.*