

TALLER

1.4 GESTIÓ EMOCIONAL

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Taller teòric i pràctic per a l'aprenentatge i el reconeixement de les pròpies emocions, i aprendre a regular-les i gestionar-les de la manera més idònia.

**QUI LA POT DEMANAR**

Centres d'educació secundària de la vila.

**DESTINATARIS**

Alumnat de l'ESO i batxillerat.

**DATA DE L'ACTIVITAT**

Curs escolar de setembre a juny.

**LLOC**

Centres d'educació secundària.

**PREPARACIÓ / REQUISITS**

Aula amb ordinador, projector, pantalla, so i connexió a Internet.

**IMPORT**

Aquesta activitat no comporta cap cost per a qui la sol·licita.

**OBJECTIUS**

- Reconèixer la importància de les pròpies emocions i les de les altres persones.
- Proporcionar eines per tal que el jovent pugui relacionar-se de manera positiva amb el seu entorn.

**INFORMACIÓ**

Regidoria de Joventut
(puntjove@molinsderei.cat).
Tel. 93 668 54 52