



Malestar emocional i Suport mutu

Tens malestar emocional?

Vols treballar per millorar-lo?

El suport mutu et pot ajudar

Et proposem participar en una activitat per identificar què és el **malestar emocional** i com afrontar-lo a través del **suport mutu** com a eina i recurs per ajudar-te a sentir millor:

Quin format tindrà?

• Taula rodona

Quan?

• Dimecres 28 de Febrer de 2024

A quina hora?

• 16 hores

On es farà?

• Sala Vídeo conferències (0.04). Edifici Centre de Cultures i Cooperació Transfronterera del Campus de Cappont

La inscripció és gratuïta i la pots fer escanejant el QR:



Organitza:

Vicerectorat d'Estudiants i Ocupabilitat
Vicerectorat de Compromís Social, Igualtat i Cooperació

L'activitat s'emmarca dins del programa **UdL Acompanya-Programa Néstor**