



SaludMadrid

Aula Cajal rss
Hospital Universitario
Ramón y Cajal

ESCUELA DE BIENESTAR

¿Qué aprenderemos?
Encontrando el bienestar

- Las 5 claves del bienestar
- Herramientas anti-estrés
- Inteligencia emocional
- Acepta tu potencial

Para encontrar respuestas hay que hacer preguntas.

Ven a nuestros talleres semanales donde aprenderás herramientas de bienestar y felicidad.

Todos los jueves
a las 15h en aula
Rafael Ariza
2da. planta
derecha

Inscripciones: 91 336 80 66
aulacajal.hrc@salud.madrid.org



somos
RedAlegria
Asociación solidaria con **LINCECI**

