Primera entrega de Empoderados@s

20/05/2021

Actualidad

Desde la UGR, a través del Vicerrectorado de Estudiantes y Empleabilidad junto con el Gabinete Psicopedagógico de los tres Campus de la UGR y el apoyo del Instituto de Estudios Ceutíes, se lanza la primera píldora formativa sobre ansiedad y estrés dentro del Proyecto Formativo «Empoderados». En la primera entrega de Empoderados@s podremos conocer de la mano de David Álvarez Montano, psicólogo experto en psicología sanitaria, mediación, psicología forense y mediación, y de Jesús Márquez Espejo, alumno de 3º de Educación Social, aspectos clave sobre esta temática y estrategias básicas para ayudarnos a sobrellevar y afrontar la ansiedad y el estrés como estudiantes universitarios.

Seguir leyendo

Copyright© 2024 Universidad de Granada