



Jornadas sobre el bienestar

Miércoles, 15 de mayo

Apertura de las Jornadas: Qué es el bienestar. De 16.00 a 17.00 h.

Javier Mediel (Trabajador social y coordinador de AFDA)

Francisco Daniel Vinués (Psicólogo sanitario y coordinador de AFDA en Huesca)

“Los pilares del Bienestar”. De 17.30 a 18.30 h.

Luis Cortés (Psicólogo sanitario y coordinador sanitario de AFDA)

“Gestión del estrés”. De 19.30 a 21.00 h.

Roberto Buil (Psicólogo sanitario)

Jueves, 16 de mayo

“Alimentación saludable y emociones”. De 16.00 a 17.00 h.

Isabel Melchor (Médica endocrina)

“Neurotransmisores de la felicidad”. De 17.30 a 18.30 h.

Marta Sofía Valero (Bioquímica e investigadora)

“Sexualidad y calidad de vida”. De 19.30 a 21.00 h.

Claudia García (Psicóloga sanitaria)

Viernes, 17 de mayo

“Actitudes saludables: la compasión”. De 16.00 a 17.00 h.

Luis Borao (Psicólogo sanitario)

“Hábitos saludables: Actividad física y sensación de bienestar”. De 17.30 a 18.30 h.

Javier Sevil (Doctor en Educación)

“Mantenimiento del bienestar y cierre de las Jornadas”. De 19.30 a 21.00 h.

Francisco Daniel Vinués (Psicólogo sanitario y coordinador de AFDA Huesca)

Salón de Actos CAI. C/ Coso Alto, 11. Primera Planta.

Entrada libre hasta completar el aforo.

Siga la actualidad de la Fundación Caja Inmaculada en www.fundacioncai.es,  y 