



# VI Escuela de invierno

11 AL 13 DE MARZO



# PROGRAMACIÓN ESCUELA DE INVIERNO 2022

---

## VIERNES 11

18:30 a 20:00 Llegadas de participantes, ubicaciones y acreditaciones.

20:30 a 21:30 Cena.

22:00: Dinámicas de presentación.

## SÁBADO 12

9:00 a 9:45 Desayuno.

10:00 a 10:15 Inauguración.

10:15 a 11:30

**Taller 1: Aprender a reconocer los estados emocionales.**

11:45 a 13:00

**Taller 2: Necesidades y expresión emocional.**

13:30 a 14:30

**Taller 3: Risoterapia.**

14:30 a 15:30 Almuerzo.

15:30 a 17:00 Tiempo libre.

17:00 a 18:45

**Taller 4: Afrontar el estrés. Exigencia y autoexigencia.**

19:00 a 20:30

**Taller 5: Gestión del conflicto interno.**

20:30 a 21:30 Cena.

22:00 Actividades nocturnas.

## DOMINGO 13

9:15 a 10:00 Desayuno.

10:15 a 12:45

**Taller 6: Comunicación emocional y resolución de conflictos.**

13:00 a 13:45 Evaluación y cierre.

14:00 a 15:00 Almuerzo.

15:15 Regreso de los participantes.





**Actividad libre de covid**

Fecha de inscripción: 15 de febrero al 3 de marzo

Edad de participantes: 18 a 35 años

Lugar: Residencia Universitaria V Centenario,  
en Jarandilla de la Vera (Cáceres).

Más información: [www.cjex.org](http://www.cjex.org)