

# Ciudadanas

ESPA ONLINE

**Bienestar emocional:  
conocer y gestionar nuestras emociones**

13 de Octubre de 2021

De 10:30 a 12:30

a través de Google Meet

En esta actividad daremos a conocer las claves para comprender nuestras emociones y aprender a manejarlas de manera que podamos lograr bienestar emocional.

Contacto: [cudadanas@fundacionmujeres.net](mailto:cudadanas@fundacionmujeres.net)

91 591 24 20

#CiudadanasFM

