

Instituto de Salud
Pública y Laboral
de Navarra



Nafarroako Osasun
Publikoaren eta Lan
Osasunaren Institutua

Sección de Promoción de la Salud y Salud en todas las Políticas

**“Cuidando nuestra salud emocional.
Formación de personas formadoras”**

Lugar: Pamplona.
Fechas: Edición 1: 12 de marzo de 2024
Edición 2: 19 de marzo de 2024

Horario: de 9 a 14h y de 15:30 a 19:00 horas.
Duración: 8,5 horas

Lugar: Residencia Deportiva “Fuerte Príncipe”
Goroabe, 36. 31005 Pamplona

Sección de Promoción de la Salud y Salud en todas las Políticas.
ISPLN Teléfono: 848 42 34 50

Objetivos del curso

General: Aumentar capacidades para el desarrollo de actividades grupales destinadas a promover la salud emocional de las personas.

Específicos, que las y los participantes:

- Comprendan el desarrollo y contenidos del taller de salud emocional.
- Reflexionen e identifiquen diversos factores personales y contextuales relacionados con la salud emocional y los comportamientos, pensamientos y reacciones corporales implicadas en el desarrollo del bienestar emocional.
- Desarrollen recursos y habilidades para trabajar el taller grupal de bienestar emocional.
- Reflexionen y amplíen conocimientos, actitudes y habilidades para desempeñar un rol facilitador en la gestión emocional.

Contenidos

- Bases pedagógicas de la metodología grupal aplicadas al taller de bienestar emocional.
- Desarrollo de habilidades para la implementación del taller de bienestar emocional: rol de ayuda y facilitación de aprendizajes.

Docentes

Amaya Aguas Torres. Sección de Promoción de la Salud y Salud en Todas las Políticas. ISPLN.

Itzal Puchol Martínez. Psicóloga. Sección de Promoción de la Salud y Salud en Todas las Políticas. ISPLN.

Emma Ilincheta Macua. Sección de Promoción de la Salud y Salud en Todas las Políticas. ISPLN.

Metodología

Activa y participativa, utilizando actividades en grupo pequeño y grande y combinando distintos tipos de técnicas pedagógicas: exposiciones teóricas con discusión, rejillas, análisis de vídeos y de proyectos, rol playing...

Evaluación

Evaluación del alumnado:

Asistencia obligatoria a la totalidad de la actividad docente.

Evaluación de la actividad docente:

A través de encuesta anónima realizada por los y las asistentes al curso.

Información general

Dirigido a: Profesionales de Servicios y entidades Sociales y locales y profesorado de Escuela de Salud.

Fechas: **Edición 1:** 12 de marzo de 2024

Edición 2: 19 de marzo de 2024

Horario: **de 9 a 14h y de 15:30 a 19:00 horas.**

Duración: **8,5 horas**

Lugar: **Residencia Deportiva “Fuerte Príncipe”**

Goroabe, 36. 31005 Pamplona