

PRESENTACIÓN:

ROS CIHUELO, Directora General de Derechos y Garantías de los Usuarios.

CHARLA “LOS PILARES DE LA FELICIDAD” por LUIS CORTÉS GONZÁLEZ:

¿Qué es la felicidad? Es una pregunta que todos nos hemos formulado alguna vez. Esta charla trata sobre la importancia de mantener un equilibrio en nuestro ecosistema emocional y en las bases fisiológicas que mantienen nuestro bienestar.

La felicidad puede ser abordada como un sistema sostenible basado en cuatro puntos: el autocuidado y cuidado de la salud, los valores, el amor y vínculo con los demás y la realización personal.

ENTIDADES:

- **ASOCIACIÓN DE TRASTORNOS DEPRESIVOS DE ARAGÓN (AFDA).**
- **FUNDACIÓN CAJA INMACULADA.**

FECHA y HORA: *jueves, 12 de enero de 2017, a las 17:30 horas.*

LUGAR: *Aula de Formación*

C/ Coso Alto, 11 (2ª planta). HUESCA

escueladesalud@aragon.es