

CUIDEM-NOS!

PROGRAMA

Divendres 2 de març: 16h-20h

- Què és la **salut mental**?
- Més enllà de la visió clínica: **òptica social i benestar** de les persones
- **Discriminació i estigma** de la salut mental en l'àmbit social, però sobretot en el **context associatiu**
- **Eines per combatre** l'estigma i la discriminació a i des de les entitats
- **Experiències vitals**

2 i 3 de març de 2018, Barcelona
**Formació en salut mental i emocional
als espais associatius**

Dissabte 3 de març: 9.30-13.30h i 15.00-18.00h

- Com generar **espais associatius saludables** a nivell emocional i relacional?
- **Eines** per aprendre a **acollir noves persones** a les nostres entitats.
- **Dinàmiques de grup i diversitat emocional:** interpretació, gestió i expressió
- **Recursos** per fer emergir i **gestionar els conflictes**