

UNIVERSIDAD SÉNIOR

2026/2027

**TALLER DE RECURSOS PSICOLÓGICOS PARA EL AUTOCUIDADO
DE LA SALUD MENTAL**

1º CUATRIMESTRE: JUEVES, DE 11:00 A 13:00

2º CUATRIMESTRE: MIÉRCOLES, DE 11:00 A 13:00

Carlos Freire Rodríguez

- 8 y 22 de octubre
- 5 y 19 de noviembre
- 3 y 17 de diciembre
- 14 y 28 de enero
- 3 y 17 de febrero
- 3 y 17 de marzo
- 7 y 21 de abril
- 5 de mayo