

EN ESTOS TIEMPOS DE PANDEMIA

# CÓMO GESTIONAR MIS EMOCIONES

(ON LINE)



FECHA: 18/11/2021 HORARIO DE 11H A 13H  
ORGANIZA: SERVICIO SALUD - PROMOCIÓN SALUD  
DELEGACIÓN TERRITORIAL SALUD Y FAMILIAS DE HUELVA

# PROGRAMA

## Cómo gestionar mis emociones



11:00

### **Bienvenida y presentación**

Pedro A. Hurtado Lindes- Jefe Servicio Salud

11:10

### **Ansiedad: qué es, cómo, cuándo pedir ayuda -**

Arturo Vellisco Garcia - Psicólogo- Técnico de Promoción de la Salud AGS Osuna Sevilla

11:50

### **Estrategias para gestionar las emociones-**

Aurora Martínez Loscertales- Psicóloga Promoción Salud Distrito Huelva Condado

12:40

### **Espacio de preguntas**



12:50

### **Conclusiones y Despedida-**

Concepción Camargo Tayllefert- Jefa Sección Programas de Salud

