

TÍTOL	TALLER SALUT EMOCIONAL EN ELS RESIDENTS: EN PARLEM?
RESUM	Alguna vegada t'has sentit desbordat durant la residència? Els sentiments negatius poden superar-nos, sobretot quan no sabem canalitzar l'allau d'emocions: estrès, males notícies, gestió d'informació sensible, autoexigència, cansament, manca de temps per l'autocura... L'objectiu d'aquest taller és treballar aquestes emocions i aprendre en equip a treballar estratègies per gestionar-les de forma saludable i fer endorfines!! T'atreveixes a parlar-ne?
PONENTS	Montse Gibernau Balcells