

**TALLER PARA ESTUDIANTES MATRICULADOS EN EL IIC 2019 RELACIONADOS CON LA SALUD MENTAL
OFRECE EL CASE DEL ÁREA DE LAS CIENCIAS SOCIALES**

Nombre del Taller	Fecha	Horario	Cantidad de estudiantes	Lugar
<p>¡Vení a la U con menos estrés!</p> <p>¿Sabes qué es el estrés académico? ¿De qué se diferencia de la ansiedad?</p> <p>Aprende a identificar y gestionar el estrés académico.</p>	Jueves 12 de setiembre	9:00 a.m a 11:00 a.m	35	Sala Multimedia de la Facultad de Ciencias Sociales, primer piso, contiguo al Decanato.
Organización del Tiempo para estudiar	Miércoles 18 de setiembre	2:00 p.m a 4:00 p.m	35	Aula 609, Sexto piso de la Facultad de Ciencias Sociales
Manejo del enojo y la frustración	Martes 24 de setiembre	Horario por la mañana	35	pendiente
Habilidades para la vida (Trabajo en equipo y comunicación asertiva)	Miercoles 9 de octubre	2:00 p.m a 4:00 p.m	35	Sala Multimedia de la Facultad de Ciencias Sociales, primer piso, contiguo al Decanato.
Técnicas de relajación. Regalate un momento, lo merecés!!!. Vení, aprendé y relajate	Miercoles 16 de octubre	9:00 a.m. a 11:00 a.m.	35	320 y 322 Edificios de Aula (AU)

La persona estudiante interesada debe inscribirse en el CASE, teléfonos: 2511-5012 o 2511-3255