

Atención Plena

Claves para el desarrollo de una vida consciente

MIÉRC.
06
MARZO

- 16.00h **Bienvenida**
Genny Lubrini, UFV
- 16.15h **Atención plena: psicoterapia y aplicaciones clínicas**
Covadonga Chaves, UFV
- 17h **Mindful eating**
Cuca Azinovic, Instituto Nirakara
- 17.50 **Pausa café**
- 18.10h **Llevando la atención plena a la escuela**
Carlos García Rubio, Univ. Autónoma Madrid
- 19h **La Compasión como Capacidad Entrenable**
Gonzalo Brito, Instituto Nirakara

JUEVES
07
MARZO

- 16h **Atención plena y su aplicación al mundo laboral**
Ana Arrabé, Instituto Nirakara
- 16.50h **Efectos a nivel cognitivo de la atención plena**
Ana García, Univ. Complutense de Madrid
- 17.40 **Pausa café**
- 18h **El cerebro del meditador**
Gustavo Diex, Instituto Nirakara
- 18.50 **Sesión práctica**
Gustavo Diex, Instituto Nirakara

ORGANIZA: Grado en Psicología
PRECIO: 20€ UFV // 30€ NO UFV
INSCRIPCIÓN Y PAGO: www.ufv.es/jornadas-psicologia
+ INFO: i.garciaRodrigo@ufv.es

Se reconoce con 0.6 ECTS a aquel alumno que asista ambos días.

