



## Talleres Piloteando la vida en la UNAL

Ja. Tardaste demasiado. Pero... ¿Te has agobiado con los semestres anteriores? ¿todo está tranquilo ahora pero quieres prepararte para lo que viene?

Te presentamos Piloteando la vida en la UN, un espacio en el que aprenderemos y practicaremos herramientas para manejar situaciones difíciles de la universidad y de la vida.

Te presentamos el cronograma para que te agendes, puedes venir a cualquier taller que quieras (o a todos), Inscríbete a través de <https://forms.gle/9KcXKammdR4pkEhv9>

Nos vemos en el salón 110 del edificio 610.

**Te esperamos en los talleres del 2024-1S**



**Piloteando la vida en la UN**

FEB 21/	Paso 1	Reconocernos y conectar con el momento presente.
FEB 28/	Paso 2	Comprender las emociones.
MAR 6/	Paso 3	Comunicar mis necesidades.
MAR 20/	Paso 4	Resolver problemas.
ABR 3/	Paso 5	Fortalecer relaciones.
ABR 10/	Paso 6	Mejorar relaciones.
ABR 17/	Paso 7	Vivir una vida con propósito.
ABR 24/	Paso 8	Actuar según lo importante.
MAY 8/	Paso 9	Integrar experiencias.
MAY 16/		Cierre y grado.

**INSCRIPCIONES**



**HORA: 9 - 11 AM**  
**DÍA: Miércoles**  
**LUGAR: Salón 110 del edificio 610**