



CONTACTO
asbiga@asbiga.org
www.asbiga.org
(+34) 646 10 77 13

TALLER DE PSICOEDUCACIÓN PARA EL TRASTORNO BIPOLAR EN A CORUÑA

FECHAS

SESION 1: ¿Qué es el Trastorno Bipolar?

SESION 2: Episodios (hipo)maníacos – identificación y pródromos

SESION 3: Episodios depresivos – identificación y pródromos

SESION 4: Hábitos saludables, riesgos y protección

SESION 5: Control de la ansiedad y manejo del estrés

SESION 6: Familia y entorno. Dudas y preguntas

Dos martes al mes de septiembre a noviembre →
13 y 27 de septiembre - 4 y 18 de octubre – 8 y 22 noviembre

HORARIO

Tardes: 18:00h a 20:30h

LUGAR

A Coruña, Centro Cívico de Monelos (Avda. de Monelos 2 A)

INSCRIPCIÓN por email hasta el 10 de septiembre