

¿ QUÉ VAS A APRENDER EN
ESTE CURSO?

cuídate, quiérete, te vas a necesitar!

¡HOLA!

SI HAS LLEGADO HASTA AQUÍ ES QUE QUIERES EMPEZAR A QUERERTE Y CUIDARTE FÍSICA Y MENTALMENTE PARA CONSEGUIR UN CLIMA EMOCIONAL DE CALIDAD Y PODER SER MÁS EFICIENTE Y EFICAZ DESEMPEÑANDO TU TRABAJO. SI ERES EDUCADORA SOCIAL, SABRÁS QUE PARA CUIDAR Y ACOMPAÑAR A LAS PERSONAS CON LAS QUE TRABAJAMOS CON PROFESIONALIDAD, TENEMOS QUE ENCONTRARNOS A GUSTO CON NOSOTRAS MISMAS Y DE ESTE MODO, DAR LO MEJOR DESDE UNA PERSPECTIVA PROFESIONAL Y PERSONAL.

¿ QUÉ VAS A APRENDER EN ESTE CURSO?

cuídate, quiérete, te vas a necesitar.

POR LO TANTO, MEDIANTE ESTE CURSO, SE BUSCA DAR NOMBRE A LOS TIPOS DE AUTOCUIDADO, LAS FORMAS DE LLEVARLOS A CABO Y LAS TÉCNICAS PARA MEJORAR LAS RUTINAS Y HÁBITOS QUE VAN A AYUDAR A GESTIONAR DESDE UN MODO PEDAGÓGICO NUESTRO BIENESTAR. LOS OBJETIVOS A TRABAJAR EN ESTE CURSO SON:

FOMENTAR Y FAVORECER EL CUIDADO DE NOSOTRAS MISMAS

OBTENER HERRAMIENTAS PEDAGÓGICAS NECESARIAS PARA LA ORIENTACIÓN DEL CUIDADO PERSONAL

VALORAR LA IMPORTANCIA DEL PROPIO COMPORTAMIENTO EN LA SALUD Y EL BIENESTAR DE CADA PERSONA.