



15/05/2017

## **LAS PERSONAS USUARIAS DEL CRPS DE COLINDRES PARTICIPAN EN 6 SESIONES DEDICADAS A LAS EMOCIONES**



En el CRPS de Colindres se realizaron un total de 6 sesiones dedicadas a las diferentes emociones como objetivo enmarcado en intervenir de la mejora de calidad de vida de las personas con problemas de salud mental.

Desde el mes de Febrero de 2017, se han realizado unas sesiones dedicadas a la identificación y manejo de las diferentes emociones que las personas sentimos diariamente. A estas actividades, acudieron un total de 12 personas que en su Programa Individual de Intervención y Cuidados, se consideraba necesaria para un adecuado desarrollo personal y ajuste emocional. El conocer nuestras emociones es necesario ya que influyen en nuestro pensamiento, en nuestra conducta y en nuestra salud mental.

Ha sido todo un éxito y seguro que repetiremos.

---