

Pamplona
te cuida 

Entender la depresión

GRATUITO

- > **¿Te sientes con sobrecarga?**
¿Crees que hay situaciones que te cuesta sobrellevar?
- > **¿Cómo prevenir la depresión?**
- > **¿Me pueden hacer daño mis pensamientos?** ¿Cómo puedo manejarlos?
- > **¿Afecta mi estado actual en mi entorno social?** ¿Cómo puedo gestionarlo?

Taller dirigido a mayores de 65 años

DÍAS:

- 4, 11, 18 y 25 de abril

HORARIO: 10:00 a 12:00

LUGAR: Civivox Jus La Rocha,
Paseo de los Enamorados 37

Inscripciones por orden de llamada hasta completar plazas **a partir del día 20 de marzo llamando al 948 24 30 40**

DL NA 6/69-2023

Colabora:  Gobierno de Navarra
Nafarroako Gobernua

Organizan:  Teléfono de
la esperanza
telefonadelaesperanza.org

 Ayuntamiento de
Pamplona Iruñeko
Udala