



Asociación de Madres, Padres y Tutores
Colegio La Salle San Ildefonso

Santa Cruz de Tenerife, 22 de enero de 2014

Estimada familia:

Desde la Asociación de Madres, Padres y Tutores de Alumnos del Colegio La Salle San Ildefonso hemos organizado un **Taller Práctico titulado “Cómo gestionar el estrés”, que se celebrará el día 30 de enero (jueves), de 17.30 a 19.30 horas**, en el salón de actos del propio Colegio.

Este taller de entrenamiento en habilidades, organizado y financiado por el AMPA, será impartido por la psicóloga Rosa Elvira González Pérez, máster en Recursos Humanos por la Universidad de Michigan y Certificado en Administración y Dirección de Empresas por la Universidad de Harvard. En él hará hincapié en que para poder aplicar todas las habilidades que poseemos, es clave saber gestionar el estrés.

El taller será esencialmente práctico, donde se llevarán a cabo dinámicas aplicando “el aprender descubriendo”. Se realizarán ejercicios para descubrir recursos internos o paralelos con los cuales surfear las mareas que confeccionan la vida personal.

Les recordamos a todos los asociados que pueden visitar el blog de la Asociación en la dirección www.lasallesaniidefonso.com/ampa , donde se publican todas las actividades que llevamos a cabo, así como las convocatorias de actos y reuniones, etc. También le recordamos que pueden ponerse en contacto con nosotros a través del correo electrónico ampalasallesi@gmail.com, y aportarnos sus comentarios y sugerencias.

Esperando que esta nueva actividad sea de interés para las familias del Centro, les saluda atentamente,

Lirios Coloma Gil
Presidenta del AMPA