

## Curso “Arte de Bien Vivir”

- **BENEFICIARIOS:** Colegiados (jubilados y no jubilados) y cónyuges o viudos.
- **DESCRIPCIÓN:** En este curso explicaremos las características básicas de la psicología humana, profundizando en el conocimiento de nosotros mismos y abordando después cuatro fortalezas que dan sentido a nuestra vida: la cultura, el valor/coraje, el amor/amistad y la transcendencia. El planteamiento está fundamentado en una fusión entre la psicología y la filosofía clásica.



- **IMPARTE:** José Manuel Contel. Psicólogo con amplia trayectoria profesional en el ámbito clínico y educativo.
- **LUGAR:** Salón Ramón y Cajal del COMZ. Paseo Ruiseñores, 2
- **PLAZAS:** 20 (mínimo 10)
- **CALENDARIO:** Los martes, 21 de enero; 4,11, 18 y 25 de febrero  
1ª Sesión: Características fundamentales de la psicología humana  
2ª Sesión: Fortalezas que dan sentido a nuestra vida: Cultura  
3ª Sesión: Fortalezas que dan sentido a nuestra vida: Coraje / Valor (sentido moral)  
4ª Sesión: Fortalezas que dan sentido a nuestra vida: Amor / Amistad

## 5ª Sesión: Fortalezas que dan sentido a nuestra vida: Trascendencia

- **HORARIO:** 12:15 a 13:15
- **PRECIO:** Gratuita
- **PLAZAS:** 15
- **INSCRIPCIONES:** Desde ya mismo escribiendo a la siguiente dirección:  
inscripciones-pasyad@comz.org o llamando al 976 38 80 11 (Isabel) indicando tu nombre, apellidos y teléfono. Recibirás un mail de respuesta confirmando la reserva de plaza.
- **OBSERVACIONES:** Actividad impartida de forma desinteresada. La realización de esta actividad queda supeditada a la disponibilidad del salón y posibles actos institucionales que pudieran realizarse en el mismo. Se avisará de los cambios con la mayor anticipación posible.