

### III SEMANA DE LA PSICOLOGÍA Y LA LOGOPEDIA

Nombre actividad	Fecha	Horario	Lugar	Nº participantes	Organizador
Escápate del estrés	3 de marzo	16:00 -19:30hs.	Aula 05 Edificio Facultad de Psicología	25	Oficina de Emprendimiento

**DESCRIPCIÓN:** En situaciones de máximo estrés son básicas habilidades como el trabajo en equipo, la organización, la gestión del tiempo, la resolución de problemas. El taller se divide en dos partes; en la primera explicaremos brevemente las bases del estrés y les mostraremos herramientas para gestionarlo. En la segunda, planteamos un reto a los participantes con un tiempo muy limitado mediante una actividad de scape-room.

**INSCRIPCIÓN:** <https://www.um.es/web/umemprende/capacitacion/talleres-de-capacidades-empendedoras>

**OBSERVACIONES:** La asistencia a esta actividad se incluye en el Plan de Orientación y Acción Tutorial (POAT) de la Facultad, lo que posibilitará la obtención de un crédito de actividades universitarias (CRAU) a los y las estudiantes, siempre que se acredite la asistencia a un total de 25 horas a actividades del POAT a lo largo de los distintos cursos académicos.