

# Bienestar emocional

Cuida lo que no se ve pero se siente



Tu bienestar emocional es tan importante como tu salud física. Es lo que te permite levantarte con ganas, afrontar los retos del día, disfrutar de lo que haces y conectar con los demás. No se trata de estar feliz todo el tiempo, sino de aprender a gestionar lo que sientes, entenderte y darte espacio.

Hablar de lo que te pasa, pedir ayuda, parar cuando lo necesitas, rodearte de personas que te suman... todo eso es cuidarte.

Y sí, también lo es llorar, equivocarte, tener días raros. Porque sentir es humano, y aprender a vivir con lo que sentimos es parte del camino.

**¡Escúchate!**

# Bienestar emocional

## **CENTRO EMOCIÓNATE**

10% de descuento\*

[centroemocionate.es](http://centroemocionate.es)

## **PSICOLOGÍA GABA** **(Badajoz, Don Benito, Guareña, Olivenza y Villanueva de la Serena)**

10% de descuento 4 sesiones individuales

[gabapsicologia.es](http://gabapsicologia.es)

## **SANDRA TOVAR PSICÓLOGA**

20% de descuento\*

[sandratovarpsicologa.com](http://sandratovarpsicologa.com)

## **IRENE LUCEÑO PSICOLOGÍA Y SEXOLOGÍA**

10% de descuento primera sesión\*

[irenepsicosex.com](http://irenepsicosex.com)

## **CENTRO DE PSICOLOGÍA JAVIER RODRÍGUEZ CARO**

10% de descuento\*

[javierpsicologocaceres.es](http://javierpsicologocaceres.es)

## **SATYA YOGA**

10% de descuento\*

[satyayogabadajoz.es](http://satyayogabadajoz.es)

## **YOGA TIBETANO LAKHANG**

10% de descuento\*

[luismicolado.wordpress.com](http://luismicolado.wordpress.com)



# Bienestar emocional

## **ENCARNA YERGA PSICOLOGÍA**

10% de descuento\*

[Fuente de Cantos](#)

## **PSICOLOGÍA BELÉN LLANOS BELTRÁN**

10% de descuento\*

[psicologabelenllano.com](https://psicologabelenllano.com)

## **PSICOLOGÍA KARUNA**

10% de descuento\*

[psicologiakaruna.es](https://psicologiakaruna.es)

## **EL PATIO DE DAIRA Y TRASTO**

10% de descuento\*

[Valencia de Alcántara](#)

## **MERCEDES VARGAS. TERAPIA PSICOLÓGICA**

10% de descuento\*

[psicologiafregenal.es](https://psicologiafregenal.es)

## **CLÍNICA LA ROSA AZUL PSICOLÓGICA**

10% de descuento

[psicodepor](https://psicodepor)

## **LAURA GONZÁLEZ PSICOLOGÍA**

10% de descuento

[lauragonzalezpsicologa](https://lauragonzalezpsicologa)

## **PSICOLOGÍA YOLANDA GUERRERO**

10% de descuento

[yolandasanchezpsicologia](https://yolandasanchezpsicologia)



# Bienestar emocional

## VRA PSICOLOGÍA

10% de descuento\*

[vrapsicologia.com](http://vrapsicologia.com)

## BEATRIZ BERMEJO PSICOTERAPIA

10% de descuento\*

[beatrizbermejo.com](http://beatrizbermejo.com)

## DIANA MARTÍN CORDERO PSICOLOGÍA

20% de descuento

Coria

## BAÑO DE BOSQUE - VALLE DEL JERTE

10% de descuento\*

Casas del Castañar

