



Más de un centenar de trabajadores y trabajadoras de **Cáritas Diocesana de Canarias**, se reunieron hoy en el Centro Diocesano Pastoral de Tafira, con la intención de estrechar lazos fuera de los espacios de trabajo y compartir un día que se dividió entre el ocio y la formación personal.

Desde primera hora de la mañana y tras un tiempo de oración común, los asistentes pudieron participar del taller "Despierta", en donde el psicólogo clínico Alejandro López hizo un pequeño recorrido sobre las emociones, la importancia del cuerpo y su influencia, y la mente como elemento definitorio del ser humano. "Cualquier animal puede aprender o no, pero sólo el hombre y la mujer pueden darse cuenta de que quieren y pueden aprender".

De forma muy amena explicó cómo funciona el cerebro en momentos de estrés, la importancia de la respiración como respuesta, la gestión de asuntos que nos afectan y los valores como referente de todo cuanto se hace en la vida.

Tras la comida, hubo tiempo para unas pequeñas actuaciones preparadas por trabajadores y trabajadoras y para transmitir algunas informaciones importantes para Cáritas.

El día se cerró con una pequeña oración comunitaria que dirigió el delegado episcopal, José Domínguez.

# Un centenar de personas contratadas de Cáritas Canarias comparten experiencias

Martes, 16 de Abril de 2013 20:16 - Actualizado Jueves, 25 de Abril de 2013 15:00

---

