

¿Cómo puedo ayudar a un estudiante a concentrarse, recordar detalles y tomar decisiones?



¿Qué hago para afrontar mejor los exámenes?  
¿Se puede controlar la ansiedad?

# CHARRANDO en la OUAD

## Webinars formativos e informativos

### Inscripciones en: [ouad.unizar.es](https://ouad.unizar.es)

Como gestionar la ansiedad y el stress del estudiantado de la universidad (apoyo al docente)

**Día 20 de noviembre  
a las 14:00 h.**

Como gestiono mi ansiedad (apoyo al estudiante)

**Día 27 de noviembre  
a las 14:00 h.**



¿Qué hago si un estudiante tiene alteraciones en el comportamiento?



centro de salud asociativo  
para el tratamiento de  
la ansiedad y depresión



Oficina Universitaria de  
Atención a la Diversidad  
**Universidad Zaragoza**