

Talleres en línea

INICIA	NOMBRE	No. SESIONES	SESIONA LOS DÍAS	HORARIO	IMPARTE
21-sep	VACÚNATE CONTRA EL ESTRÉS	4	Lunes	10:00 a 12:00	Martina Jurado
07-sep	MINDFULNESS EN CASA	4	Lunes	17:00 a 19:00	Karla López
22-sep	REGULACIÓN EMOCIONAL	4	Martes	17:00 a 19:00	Melissa Salas
29-sep	MANEJO DE LA FRUSTRACIÓN	6	Martes	10:00 a 12:00	Norma Yépez
23-sep	Estrategias de Afrontamiento ante el Miedo. Adaptación a la Nueva Normalidad.	4	Miércoles	10:00 a 12:00	Norma Yépez
09-sep	HABILIDADES SOCIALES	5	Miércoles	10:00 a 12:00	Karla López
09-sep	REGULACIÓN EMOCIONAL	4	Miércoles	17:00 a 19:00	Karla López
10-sep	APRENDIZAJE AUTORREGULADO	4	Jueves	10:00 a 12:00	Karla López
11-sep	MINDFULNESS EN CASA	4	Viernes	12:00 a 14:00	Laura Ortiz y Montserrat García

Regístrate aquí:

<https://sistemasib.facmed.unam.mx/saludMental/grupos.php>