



gettyimages®
Westend61

TALLER ONLINE

Detox digital. Aprende a descansar de la tecnología

En este taller aprenderemos qué efectos tiene la tecnología en nuestra salud física y mental. Te mostraremos cómo tomarte un respiro tecnológico, para que aprendas a desconectar de dispositivos digitales y te recargues de nuevo de energía.

[Apúntate](#)



Miércoles 22 de febrero



A las 12:00 h

Recuerda que para la correcta visualización de los talleres es imprescindible una conexión a internet estable y de buena calidad.