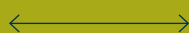




TALLER ONLINE  
**Estrés y bienestar,  
encuentra  
el equilibrio**



**Martes 28 de mayo**

**De 12.00 a 12.30 h.**



Conocerás qué es el estrés, cómo se manifiesta en sus diferentes niveles y las principales herramientas que podemos tener en cuenta a la hora de afrontar de la forma más óptima el estrés al que nos vemos expuestos de forma cotidiana.

**Apúntate**

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