



WEBINAR ONLINE

Hablando de la higiene del sueño ¿cómo mejorar tu descanso?



Jueves 18 de abril

De 12.00 a 12.30 h.



Hablando de es un formato dinámico de preguntas y respuestas, creado para acercar a las personas a los profesionales de salud, y que puedan resolver sus dudas de salud y bienestar en directo. Tiene el objetivo de responder y aclarar todas tus dudas sobre salud y bienestar durante, aproximadamente 30 minutos.

[Apúntate](#)

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