

#BIENESTAR UNIVERSITARIO

TALLERES

PREVENTIVOS Y
PROMOCIONALES EN

Salud Mental

INICIO 21 DE FEBRERO



Se entregará certificado por participación

CUPOS
LIMITADOS



Universidad Nacional
Federico Villarreal



**Facultad de
Psicología**

#BIENESTAR UNIVERSITARIO

TALLER PREVENTIVO EN DEPRESIÓN

ESTÁ BIEN, NO ESTAR BIEN

INICIO 21 DE FEBRERO

12 SESIONES

HORARIOS

GRUPO 1

Lunes y Miércoles
14:00 a 15:30pm

GRUPO 2

Lunes 18:00 a 19:30pm
Miércoles 19:00 a 20:30pm

GRUPO 3

Martes 15:00 a 16:30pm
Miércoles 16:00 a 17:30pm

GRUPO 4

Jueves y Viernes
15:00 a 16:30pm



Se entregará certificado por participación

Ingreso libre previa inscripción

Cupos limitados



Universidad Nacional
Federico Villarreal



**Facultad de
Psicología**

#BIENESTAR UNIVERSITARIO

TALLER

PREVENTIVO EN ANSIEDAD

PONLE STOP A LA ANSIEDAD

INICIO 21 DE FEBRERO

Se entregará certificado por participación



Universidad Nacional
Federico Villarreal



**Facultad de
Psicología**



HORARIOS

1ER TURNO

Lunes y miércoles:
11:30 am - 13:00 pm

3ER TURNO

Lunes y miércoles
20:30 - 22:00 pm

2DO TURNO

Martes y jueves:
16:00 - 17:30 pm



Ingreso libre previa inscripción

Cupos limitados

#BIENESTAR UNIVERSITARIO

TALLER PROMOCIONAL en
ELECCIÓN DE PAREJA

**ELIJO BIEN,
ELIJO SANÓ**

INICIO 21 DE FEBRERO

SE ENTREGARÁ CERTIFICADO POR PARTICIPACIÓN

HORARIOS

LUNES Y JUEVES:
14:00 A 15:30 PM

MARTES Y JUEVES:
18:00 A 19:30 PM

MIÉRCOLES Y VIERNES:
19:00 A 20:30 PM



Ingreso libre previa inscripción

Cupos limitados



Universidad Nacional
Federico Villarreal



**Facultad de
Psicología**

#BIENESTAR UNIVERSITARIO

TALLER PROMOCIONAL EN GESTIÓN EMOCIONAL

CONDÚCETE

¡Bajo el timón de tus
emociones!

INICIO 21 DE FEBRERO

Se entregará certificado por participación



Universidad Nacional
Federico Villarreal



**Facultad de
Psicología**

HORARIOS

OPCIÓN 1	OPCIÓN 2
Miércoles y viernes 16:00 a 17:30 PM	Miércoles y viernes 19:00 a 20:30 PM



¡TE ESPERAMOS!

Ingreso libre previa inscripción

Cupos limitados

#BIENESTAR UNIVERSITARIO

TALLER PROMOCIONAL EN SALUD MENTAL +

Positiva
mente
SALUDABLE

INICIO 21 DE FEBRERO

Se entregará certificado por participación

HORARIOS

TURNO 1	TURNO 2
LUNES Y MARTES (15:00 - 16:30 PM)	MIÉRCOLES (19:00 - 20:30 PM) DOMINGO (18:00 - 19:30 PM)
TURNO 3	TURNO 4
MARTES Y JUEVES (19:00 - 20:30 PM.)	MIÉRCOLES Y VIERNES (19:00 - 20:30 PM)



Ingreso libre previa inscripción

Cupos limitados



Universidad Nacional
Federico Villarreal



**Facultad de
Psicología**

#BIENESTAR UNIVERSITARIO

TALLER PREVENTIVO EN ESTRÉS

"MENOS ESTRÉS"

INICIO 21 DE FEBRERO

12 SESIONES

HORARIOS

- | | | | |
|----------|---|----------|---|
| 1 | LUNES Y MIÉRCOLES
(16:00 - 17:30 PM) | 2 | MIÉRCOLES (15:00 - 16:30 PM)
JUEVES (15:30 - 17:00 PM) |
| 3 | MARTES Y VIERNES
(11:30 AM - 13:00 PM) | 4 | LUNES (17:30 - 19:00 PM)
VIERNES (19:00 - 8:30 PM) |



Se entregará certificado **POR PARTICIPACIÓN**

Cupos limitados



Universidad Nacional
Federico Villarreal



**Facultad de
Psicología**