



FUNDACIÓN MIER Y PESADO TE INVITA A LA CONFERENCIA VIRTUAL “MANEJO DE LA ANSIEDAD Y EL ESTRÉS”

Por la **Mtra. Lucía Legorreta**
Integrante del Patronato de esta Fundación.
Participar te ayudará a reforzar el autocuidado
emocional ante el Sars-Cov2.

Recuerda que al cuidarte !CUIDAS A QUIENES AMAS!

**MIÉRCOLES 3
DE MARZO DE 2021**
• **DE LAS 17:00 HRS.
A LAS 18:30 HRS.**

Te invitamos a ser parte de esta plática a través de nuestro canal oficial de Youtube.

HAZ CLICK   <https://www.youtube.com/channel/UCmeSjc0Cvbhu4QVorAKRLIg>