



Charla: ¿Qué es el estrés y cómo ayuda la Atención Plena?

Jueves 20 de agosto de 2026

20:00 horas

Biblioteca de Salvatierra de Santiago

- ✓ **Conoce tu mente**
- ✓ **Relájate**
- ✓ **Actividad para todas las edades desde 10 años**