

Podcast interactivo: Mientras #YoMeQuedoEnCasa

Lunes 24 de agosto - Viernes 28 de agosto

Fecha	Hora	Tema	Docente	Enlace
Lunes 24 de agosto	16h30	¿Cómo manejar mis emociones en el día a día?	Estudiantes: Laksmi Gómez, Jorge Rosales y Melany Aguirre	https://bit.ly/3haF9Xe
Martes 25 de Agosto	10h00	Silencio frente al suicidio	Estudiantes: Camila Baldeón, Andrea Arias, Marcela Tobar y Jorge Rosales	https://bit.ly/3l09o5g
	16h00	Cuidado del sueño en el adulto mayor	Estudiantes: Ana Proaño, Ana Paredes, Marco Caizapanta, Andrés Flor y Nixón Arboleda	https://bit.ly/316xcwE
Miércoles 26 de Agosto	16h30	Control consciente de emociones frente a problemas familiares	Estudiantes: Miguel Leiva, Kevin Rojas y Domenica Narváez	https://bit.ly/316nk66
	18h00	Confinamiento y sexting	Estudiantes: David Cordero, Mateo Bastidas y Luciana Orellana	https://bit.ly/2YbCjcW
Jueves 27 de Agosto	10h00	Ansiedad y somatizaciones asociadas a la Covid-19	Estudiantes: Andrea Arias, Miguel Leiva, Camila Baldeón y Domenica Narváez	https://bit.ly/3ggnQTu
	18h00	Beneficios psicológicos de practicar expresiones artísticas durante el aislamiento	Estudiantes: Miguel Leiva, Kevin Rojas y Domenica Narváez	https://bit.ly/2YdHw4d
Viernes 28 de Agosto	17h00	Como lidiar con la falta de socialización durante la pandemia	Estudiantes: Miguel Leiva, Kevin Rojas y Domenica Narváez	https://bit.ly/3geh2p3

¡Tu salud mental
importa!