

Personal médico, de enfermería, paramédico, trabajo social, laboratorio, administrativo, de limpieza, cocina, seguridad y demás trabajadoras y trabajadores de instancias de salud. Sabemos que la pandemia por COVID-19 es un estresor importante para tí, por eso ponemos a tu disposición

Sesiones de mindfulness (atención plena) y relajación para personal de salud ante COVID-19

Sesiones vía remota, de lunes a jueves de 20:30 a 21:00 horas, gratuitas y confidenciales

- **Imparte:** Psic. Cynthia Salazar Murillo
- **Contacto:** telemed.inprfm@gmail.com



Puedes ingresar a la sesión que mejor te convenga. Si tú y tus compañeros buscan horarios diferentes, con gusto lo organizamos



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE PSIQUIATRÍA
RAMÓN DE LA FUENTE MUÑIZ