

# FEBRERO 2023

<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>	<b>SÁBADO</b>
		1	2	3	4
6	7	8	9	10	11
1. Curso certificado Primeros Auxilios Psicológicos Sesión 1 2 a 4 p.m.				Hábitos de estudio y manejo del tiempo: Desbloquéate en tus trabajos escritos 2 a 4 p.m.	
13	14	15	16	17	18
1. Curso certificado Primeros Auxilios Psicológicos Sesión 2 2 a 4 p.m.			Manejo de emociones y herramientas para la vida: Manejo de la tusa (VIRTUAL) 4 a 6 p.m.	Hábitos de estudio y manejo del tiempo: Desbloquéate en tus presentaciones orales 2 a 4 p.m.	
20	21	22	23	24	25
1. Curso certificado Primeros Auxilios Psicológicos Sesión 3 2 a 4 p.m.					Curso certificado Inteligencia emocional: Conócete a ti mismo (Sesión 1) 8 a 12 pm.
27	28				
1. Curso certificado Primeros Auxilios Psicológicos Sesión 4 2 a 4 p.m.					

[Inscríbete aquí](#)

# MARZO 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
		1	2	3	4
			Profundización Experiencial: Gestión de la tusa y el duelo 4 a 6 p.m.		Curso certificado Inteligencia emocional: Manejo de emociones (Sesión 2) 8 a 12 pm.
6	7	8	9	10	11
	Manejo de emociones y herramientas para la vida: Manejo del estrés y la ansiedad (VIRTUAL) 3 a 5 p.m.	Manejo de emociones y herramientas para la vida: Autogestión para alcanzar mis metas (VIRTUAL) 4 a 6 pm.			Curso certificado Inteligencia emocional: Motivación (Sesión 3) 8 a 12 pm.
13	14	15	16	17	18
				Hábitos de estudio y manejo del tiempo: Sobreviviendo a la tesis (VIRTUAL) 5 a 7 pm.	Curso certificado Inteligencia emocional: Empatía (Sesión 4) 8 a 12 pm.
20	21	22	23	24	25
FESTIVO	Profundización Experiencial: Manejo del estrés y la ansiedad 11 a 1 p.m.				Curso certificado Inteligencia emocional: Habilidades sociales (Sesión 5) 8 a 12 pm.
27	28	29	30	31	
				Hábitos de estudio y manejo del tiempo: Afrontamiento de exámenes 2 a 4 p.m.	

[Inscríbete aquí](#)

# ABRIL 2023

<u>LUNES</u>	<u>MARTES</u>	<u>MIÉRCOLES</u>	<u>JUEVES</u>	<u>VIERNES</u>
3	4	5	6	7
<b>SEMANA SANTA</b>				
10	11	12	13	14
			2. Curso certificado Primeros Auxilios psicológicos Sesión 1 11 a 1 p.m.	
17	18	19	20	21
	Manejo de emociones y herramientas para la vida: De la intención a la acción ¿cómo trabajar la motivación? 4 a 6 pm.		2. Curso certificado Primeros Auxilios psicológicos Sesión 2 11 a 1 p.m.	Hábitos de estudio y manejo del tiempo: Desbloquéate en tus presentaciones orales 10 a 12 p.m.
				Profundización Experiencial: Afrontamiento de exámenes 2 a 4 p.m.
24	25	26	27	28
		Manejo de emociones y herramientas para la vida: Responsabilidad afectiva y relaciones saludables (VIRTUAL) 3 a 5 p.m.	2. Curso certificado Primeros Auxilios psicológicos Sesión 3 11 a 1 p.m.	

[Inscríbete aquí](#)

# MAYO 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
FESTIVO		Profundización Experiencial: Responsabilidad afectiva y relaciones saludables 3 a 5 p.m.	2. Curso certificado Primeros Auxilios psicológicos Sesión 4 11 a 1 p.m.	Hábitos de estudio y manejo del tiempo Sobreviviendo a la tesis (VIRTUAL) 5 a 7 p.m.
8	9	10	11	12
				Profundización Experiencial: Sobreviviendo a la tesis 5 a 7 p.m.
15	16	17	18	19
Metodología Bullet Journal 2 a 4 p.m.				
22	23	24	25	26
FESTIVO				
29	30	31		

[Inscríbete aquí](#)

# YOGA

<u>LUNES</u>	<u>MARTES</u>	<u>MIÉRCOLES</u>	<u>JUEVES</u>	<u>VIERNES</u>
		Salón Solar 1 9:00 a.m. a 11:00 a.m.		Salón Solar 1 9:00 a.m. a 11:00 a.m.

# DRAMA TERAPIA

<u>LUNES</u>	<u>MARTES</u>	<u>MIÉRCOLES</u>	<u>JUEVES</u>	<u>VIERNES</u>
		El Solar - Salón 1 4:00 p.m. a 6:00 p.m.		

# MEDITACIÓN Y MOVIMIENTO INTELIGENTE

<u>LUNES</u>	<u>MARTES</u>	<u>MIÉRCOLES</u>	<u>JUEVES</u>	<u>VIERNES</u>
		Virtual 6:30 p.m. a 8:30 p.m.		

[Inscríbete aquí](#)