

# PROGRAMA DE CURSOS Y TALLERES





**F&F Center**  
Centro de Desarrollo Humano



**\$250**

## TALLER ONLINE

**MBSR: "MINDFULNESS PARA LA REDUCCIÓN DEL ESTRÉS"**

Imparte: Mtro. Octavio Contreras.



**Incluye:**

- ✓ Constancia de participación
- ✓ Material digital



*Regístrate aquí*



Martes 24 de marzo  
De 07:00 a 09:00 p.m.

¡Visítanos en redes!

  @f\_fcenter  
[www.ffcentercdh.com](http://www.ffcentercdh.com)

56 1106 4561 



*marzo*  
**Sororidad**



**F&F Center**  
Centro de Desarrollo Humano®