

### *Curso taller en línea*

dirigido a trabajadores de confianza, administrativo, técnico, manual, eventual y funcionarios de la UV.

# *Emociones y salud*

**Del 10 de septiembre al 10 de octubre**

**Objetivo:** Adquirir conocimientos que permitan reconocer la importancia de la salud mental y desarrollar estrategias que favorezcan el autocuidado.

### **Sesiones sincrónicas (ZOOM)**

Martes y jueves | 11:00 h a 13:00 h

### **Plataforma Eminus 4.0**

**¡Inscripciones abiertas!**

Cupo limitado

**QR para inscripción:**



Sistema de Atención Integral a la Salud  
Universidad Veracruzana



Universidad Veracruzana  
Secretaría de Administración y Finanzas