



Curso UGR de introducción a Mindfulness

06/10/2025

Desde la Facultad de Filosofía y Letras de la UGR se ofrece un curso de introducción a Mindfulness, dirigido a toda la comunidad de la UGR.

El curso es gratuito y tiene reconocimiento de créditos por actividades universitarias, según el vicerrectorado de calidad.

El programa puede consultarse en este [enlace](#)



CURSO DE INTRODUCCIÓN A MINDFULNESS EN 6 SEMANAS

Fechas: Del 22 de octubre al 26 de noviembre (reuniones
semanales los miércoles de 18:00 a 20:00 horas)

Lugar: Aula de Medios Audiovisuales de la Facultad de
Ciencias
1 crédito ECTS



Aquí puedes consultar
el programa del curso

Plazas limitadas. Inscripciones hasta
el 17 de octubre escaneando el código QR

