

Delegación del Rector  
para la Salud y las  
Relaciones con el  
Sistema Sanitario

## Como mantener la salud mental ante los retos de nuestro día a día

10/04/2025

Continuamos con el ciclo "Salud y Mujer" con el encuentro titulado "Como mantener la salud mental ante los retos de nuestro día a día", organizado por la Delegación del Rector para la Salud y las Relaciones con el Sistema Sanitario.



**CICLO SALUD Y MUJER**

**Cómo mantener la salud mental ante los retos de nuestro día a día**

**10 abril**  
**17:30 horas**

**Leyre Hidalgo López**  
Psicóloga Clínica  
**Sala Triunfo**  
Complejo Administrativo Triunfo

UNIVERSIDAD DE GRANADA  
Delegación del Rector para la Salud y las Relaciones con el Sistema Sanitario



**CICLO SALUD Y MUJER**

**Cómo mantener la salud mental ante los retos de nuestro día a día**

**10 abril**  
**17:30 horas**

**Leyre Hidalgo López**  
Psicóloga Clínica  
**Sala Triunfo**  
Complejo Administrativo Triunfo

UNIVERSIDAD DE GRANADA  
Delegación del Rector para la Salud y las Relaciones con el Sistema Sanitario

Esta segunda jornada cuenta con Dña. Leyre Hidalgo, Psicóloga Clínica en el Hospital Universitario Clínico San Cecilio de Granada, quien nos hablará de cómo manejar los estresores del día a día y cómo abordar las distintas situaciones que van surgiendo en el día a día.

Fecha: 10 de abril

<http://delegacionsalud.ugr.es/>

Hora: 17:30

Lugar: Sala Triunfo del Complejo Administrativo Triunfo.

Inscripciones: <https://forms.gle/wfmcNowLuf8n5XaQ9>