

Tus preguntas. Tu programa de radio. Tu salud mental

T4 E7

¿Dejar de procrastinar... Cómo?

**Búsqueda de recompensa
y dopamina
¿Qué tienen que ver con
la procrastinación ?**

**¿Es posible dejar de
posponer tareas y
obligaciones?**

**Para peques: La mejor
forma de aprender a no
procrastinar es ¡jugar!
Entérate cómo y por qué**

Conéctate:

**29 de mayo a las 20 hrs
en mixlr.com/radiouacm**



Especialista:

Mtro. Gerardo Obregón
Centro Comunitario de Salud Mental. Iztapalapa

Colaboraron: Bony Salazar. Vanessa Martínez
Julian Luna. Alex Arenas. Ro Carmona



Coordinación de Servicios Estudiantiles



CON M DE
MENTE