



CALENDARIO ABRIL 2026

Tema	Expositor	Detalle	Día / Hora	Canal
			Costa Rica	
Cortisol	 ▶ Dra. Camila Pezantes	Cómo regular la hormona del estrés, el cortisol. Rutinas para su día a día.	Jueves 09 2 PM	 Vía Zoom
Productividad Personal	 ▶ Martín Moreno	Parte 1: Conviértete en una persona productiva	Martes 14 6 PM	 Vía Zoom
Productividad Personal	 ▶ Martín Moreno	Parte 2: Conviértete en una persona productiva	Jueves 16 6 PM	 Vía Zoom
Usos y beneficios del aceite esencial de LEMON	 ▶ Betty Salvatierra	Recetas en vivo	Martes 28 6 PM	 Vía Zoom