



# CALENDARIO ABRIL 2026

Tema	Expositor	Detalle	Día / Hora	Canal
			<b>Ecuador</b>	
Cortisol	 ▶ Dra. Camila Pezantes	Cómo regular la hormona del estrés, el cortisol.  Rutinas para su día a día.	<b>Jueves 09</b> 3 PM	 <b>Vía Zoom</b>
Productividad Personal	 ▶ Martín Moreno	<b>Parte 1:</b> Conviértete en una persona productiva	<b>Martes 14</b> 7 PM	 <b>Vía Zoom</b>
Productividad Personal	 ▶ Martín Moreno	<b>Parte 2:</b> Conviértete en una persona productiva	<b>Jueves 16</b> 7 PM	 <b>Vía Zoom</b>
Usos y beneficios del aceite esencial de LEMON	 ▶ Betty Salvatierra	Recetas en vivo	<b>Martes 28</b> 7 PM	 <b>Vía Zoom</b>