



**CANAL CULTURA. PROGRAMA 14:
CARMEN GRACIA, PSICÓLOGA Y VECINA
¿QUÉ LUGAR OCUPA EL BIENESTAR EN
TU VIDA?**



En el programa catorce del podcast Canal Cultura nos visita Carmen Gracia, vecina y psicóloga con quien analizaremos los retos actuales de la salud mental. A través de su experiencia profesional, Carmen nos guía en una charla imprescindible sobre la prevención, el autocuidado y la importancia de visibilizar la salud mental, un tema importante vivas donde vivas y tengas la edad que tengas. Una mirada hacia el interior de cada persona no solo puede ayudar a uno mismo sino también al entorno. Como creadora de contenido, no te la pierdas en sus redes sociales @carmengraciapsicologia y en sus colaboraciones con Aragón TV.

