



**SPEAKER**

# Edilia Ballesteros

**CONSULTORA**

---

## Taller de Manejo de Estrés Mediante Mindfulness

Instructora del taller "Manejo de estrés con herramientas Mindfulness". Es Gerente Administrativa en GR Desarrollo Organizacional.

Coordinadora del Diplomado de la Asociación Internacional para el Bienestar Humano.

Cuenta con amplia experiencia en el Desarrollo Humano: manejo del estrés con herramientas de atención plena, yoga terapéutico y restaurativo.

Por un entorno de trabajo seguro y saludable