



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

## Estrategias psicológicas para la mejora de la Higiene del Sueño

Unidad Docente  
Asistencial de Psicología



Dirigido a: estudiantes

Nº máximo de plazas: 15

NO ES NECESARIO EVALUACIÓN PREVIA

**Nº DE SESIONES:** 1  
**FECHA INICIO Y FIN:** Viernes 20 de febrero  
**HORARIO:** 12:00- 13:30

**GRATUITO PARA TODA LA COMUNIDAD  
UNIVERSITARIA**

Más información para la inscripción:

<https://www.uma.es/UDA-Psicologia/>