



**SanaMente
LibreMente**

Jóvenes por la paz y contra las adicciones

Aprende cómo manejar el estrés
y cuidar tu salud física y mental.
¡Curso gratuito y en línea! Inscríbete en:

saberes.gob.mx





Educación
Secretaría de Educación Pública



TECNOLÓGICO
NACIONAL DE MÉXICO



SINALOA
GOBIERNO DEL ESTADO



Instituto Tecnológico Superior de Guasave
Dirección General
Subdirección académica

**SanaMente
LibreMente** 

Jóvenes por la paz y contra las adicciones

**Aprende estrategias, herramientas y
tips para cuidar tu salud física y mental.**

¡Curso gratuito y en línea! Regístrate en:

 **saberes.gob.mx**



2026
año de
**Margarita
Maza**



Carretera a Brecha Sin Número, Ejido Burriocito, Guasave, Sinaloa, C.P. 81149 Tel. (687) 871 45 81, 876 03 06 y 876 03 04
E-mail: dir_dguasave@tecnm.mx www.guasave.tecnm.mx



Educación
Secretaría de Educación Pública



TECNOLÓGICO
NACIONAL DE MÉXICO



SINALOA
GOBIERNO DEL ESTADO



Instituto Tecnológico Superior de Guasave
Dirección General
Subdirección académica

**SanaMente
LibreMente**

Jóvenes por la paz y contra las adicciones

¡Curso gratuito y en línea!
Regístrate en:
saberes.gob.mx



2026
año de
**Margarita
Maza**



Carretera a Brecha Sin Número, Ejido Burriónico, Guasave, Sinaloa, C.P. 81149 Tel. (687) 871 45 81, 876 03 06 y 876 03 04
E-mail: dir_dguasave@tecnm.mx www.guasave.tecnm.mx



Educación
Secretaría de Educación Pública



TECNOLÓGICO
NACIONAL DE MÉXICO



SINALOA
GOBIERNO DEL ESTADO



Instituto Tecnológico Superior de Guasave
Dirección General
Subdirección académica

**SanaMente
LibreMente** 

Jóvenes por la paz y contra las adicciones

¡Curso gratuito y en línea!
Regístrate en:

 **saberes.gob.mx**



2026
año de
**Margarita
Maza**



Carretera a Brecha Sin Número, Ejido Burrioncito, Guasave, Sinaloa, C.P. 81149 Tel. (687) 871 45 81, 876 03 06 y 876 03 04
E-mail: dir_dguasave@tecnm.mx www.guasave.tecnm.mx



Educación
Secretaría de Educación Pública



TECNOLÓGICO
NACIONAL DE MÉXICO



SINALOA
GOBIERNO DEL ESTADO



Instituto Tecnológico Superior de Guasave
Dirección General
Subdirección académica

**Cuida tu bienestar
y complementa tu formación:**

**SanaMente
LibreMente**

Jóvenes por la paz y contra las adicciones

¡Curso gratuito y en línea!
Regístrate en: **saberes.gob.mx**



2026
año de
**Margarita
Maza**



Carretera a Brecha Sin Número, Ejido Burrión, Guasave, Sinaloa, C.P. 81149 Tel. (687) 871 45 81, 876 03 06 y 876 03 04
E-mail: dir_dguasave@tecnm.mx www.guasave.tecnm.mx



Educación
Secretaría de Educación Pública



TECNOLÓGICO
NACIONAL DE MÉXICO

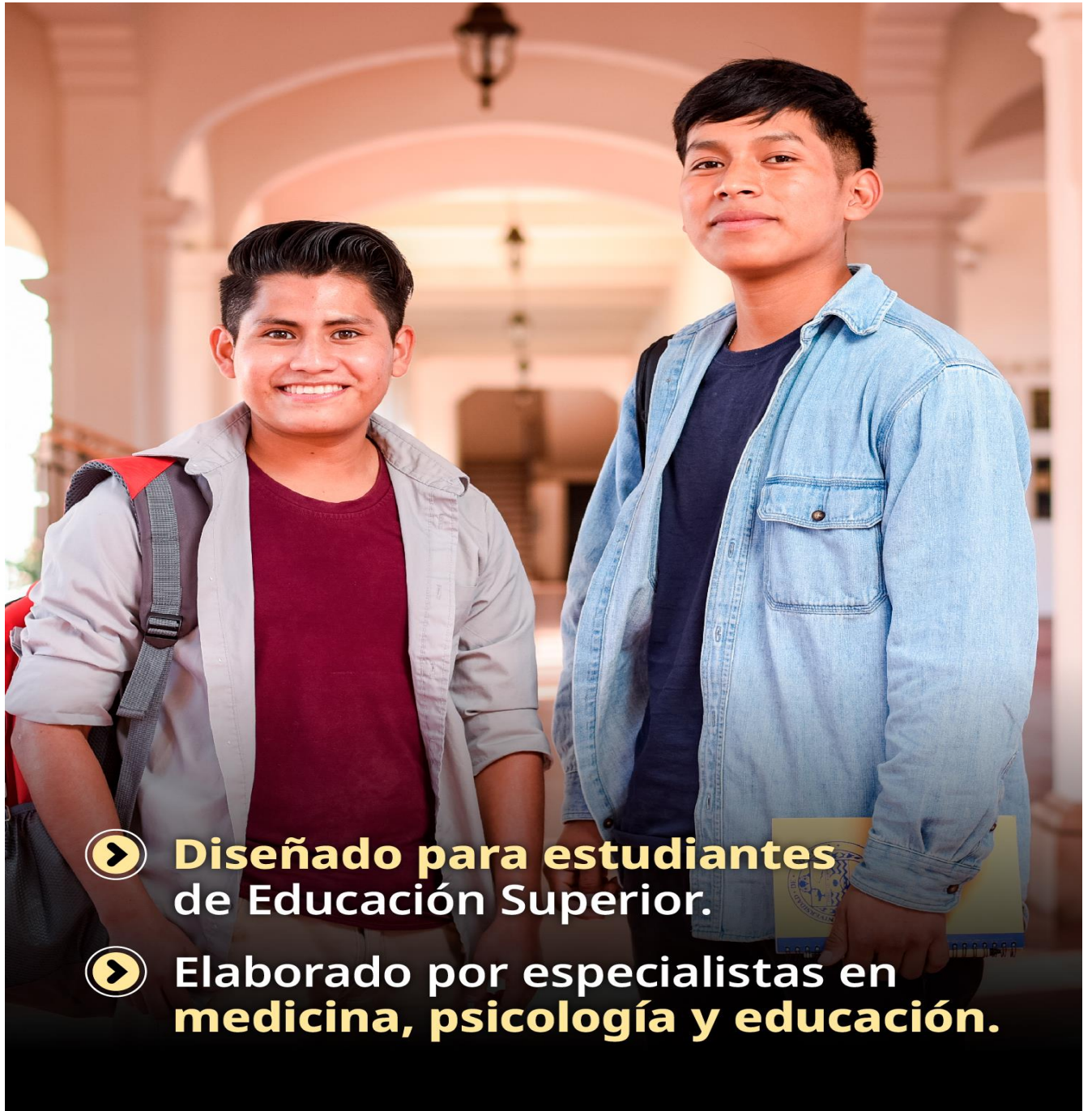


SINALOA
GOBIERNO DEL ESTADO



Instituto Tecnológico Superior de Guasave

Dirección General
Subdirección académica



- **Diseñado para estudiantes de Educación Superior.**
- **Elaborado por especialistas en medicina, psicología y educación.**



2026
año de
Margarita Maza



Carretera a Brecha Sin Número, Ejido Burrioncito, Guasave, Sinaloa, C.P. 81149 Tel. (687) 871 45 81, 876 03 06 y 876 03 04
E-mail: dir_dguasave@tecnm.mx www.guasave.tecnm.mx