

# ARTE y MINDFULNESS PARA EMPRESAS

Programa Virtual de Creatividad y Bienestar

[veronica.mx/artprogram](http://veronica.mx/artprogram)



Mtra. Verónica Huacuja



[veronica.mx/artprogram2](http://veronica.mx/artprogram2)



52 55 5250 0571  
Ext 801



[veronica huacuja](https://www.linkedin.com/in/veronicahuacuja)



Mexico City, Mexico



[art@veronica.mx](mailto:art@veronica.mx)

## MI FORMACIÓN ACADÉMICA Y EXPERIENCIA PROFESIONAL

Hola. Soy la Mtra. Veronica Huacuja, pintora, escultora y una experimentada educadora de arte.

Desde 2009, fundé y dirijo una firma de consultoría educativa y la Responsabilidad Social, [Multimedios Integrales](#), donde he desarrollado [Arte y Mindfulness para Empresas. Programa Virtual de Creatividad y Bienestar](#), el cual busca mejorar la vida emocional, mental y física de los **Trabajadores** a través de la **práctica del arte (dibujo, pintura, escultura) y la meditación Mindfulness** (Atención Plena). Te invito a conocer el Programa.

Agrego que soy autora de [ARTÍCULOS PARA EL BOLETÍN EMPRESARIAL](#), los cuales ofrecen al **Trabajador**, llevar a cabo, de manera guiada, y a su ritmo individual, actividades de arte y meditación Mindfulness, cuyos objetivos son procurar su bienestar.

Conoce un ejemplo de un artículo: [“Logra tu paz interior a través del dibujo y la meditación”](#).

Asimismo, soy autora y coautora de libros infantiles de trabajo y recreativos en McGrawHill, Santillana Editores y Editorial Trillas.

Gracias por leer.

Tuxpan 39-703 B, Col. Roma, Cuauhtémoc,  
C.P. 06760, CDMX  
(52) 55 52 50 05 71 Ext. 801

[art@veronica.mx](mailto:art@veronica.mx)

<https://veronica.mx/artprogram>

<https://veronica.mx/artprogram/#articulosboletin>