

## Congreso de Vitamina N

La idea detrás de este término es resaltar la importancia de pasar tiempo al aire libre y conectarse con la naturaleza para la salud y el bienestar. Se ha demostrado que pasar tiempo en la naturaleza tiene numerosos beneficios para la salud física y mental, como reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo y promover la relajación.

Este año, el II Congreso Nacional de Vitamina N se llevará a cabo en el Jardín Botánico de la Universidad Tecnológica de Pereira los días 5 y 6 de octubre, con la participación de destacados invitados. Durante el evento, se abordarán temas de relevancia, tales como la prescripción de la "vitamina N", la situación actual de la propuesta de la "vitamina N", así como los desafíos y los logros alcanzados hasta la fecha.

Link de pre-inscripción:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScIxeKsnWMcVrtiXyryFjN8dxVI9N\\_aLlMEMR7TxSklaGUvOg/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScIxeKsnWMcVrtiXyryFjN8dxVI9N_aLlMEMR7TxSklaGUvOg/viewform)

Link micrositio web:

<https://vitaminan.co/ii-congreso-nacional-vitamina-n/>

<https://media.utp.edu.co/archivos/Horario%20ma%C3%B1ana.jpeg>

<https://media.utp.edu.co/archivos/Horario%20tarde%281%29.jpeg>

**Fuente:** <http://www2.utp.edu.co/jardin/noticias/congreso-de-vitamina-n>