

Aprendiendo a relajarnos

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

Dirigido a personas adultas,

- Contenido:
- Presentación de las técnicas que van a practicar.
- Puesta en práctica de las técnicas y ejercicios.
- Relajación y recomendaciones.
- Acompañadas de música ambiental

Se realiza en la sede de la Asociación de Vecinos de Delicias "Manuel Viola", los primeros martes de mes, por la tarde, excepto periodos vacacionales.

Es necesaria la inscripción previa.

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

Isabel Antón (976531737) (avvdelicias@avvdelicias.org)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Asociación de Vecinos de Delicias "Manuel Viola"

Fecha de última actualización de la actividad

12/09/2020

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Calle Delicias 44 50017 Zaragoza Zaragoza Zaragoza Aragón España



Página web del proyecto

<http://www.avvdelicias.org>