

Taller de autoestima

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

Taller destinado a comprender las bases de nuestra autoimagen, como se construye y cómo promover una mejor estima hacia nosotros mismos. Trabajaremos el conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones y sentimientos dirigidos hacia nosotros mismos.

Duración 8 sesiones, 1 semanal de 90 minutos.

Coste del taller: 10 € para personas asociadas/ 30 € personas no asociadas.

Más información sobre este taller y horarios en: <https://asociacionafda.com/actividad/taller-de-autoestima/>

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

AFDA Asociación. (976443754, 691846596) (info@asociacionafda.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

AFDA Asociación.

Fecha de última actualización de la actividad

21/07/2023

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

No

Localización

Calle Santa Lucia 9 50003 Zaragoza Zaragoza Zaragoza Zaragoza Aragón España



Página web del proyecto

<http://www.asociacionafda.com>

Imagen de la Actividad

