

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

Actividad destinada a la práctica de mindfulness, atención plena. Habilidad que entrenamos para mejorar nuestra capacidad de estar presentes.

Duración: Grupos continuos y abiertos, talleres semanales de 60 minutos de duración.

Disponible online, ofreciendo la posibilidad de acceder a este espacio de forma telemática.

Coste de la actividad: 10€/mes para personas asociadas y 30€/mes para personas no asociadas

Más información sobre esta actividad y horarios en: <https://asociacionafda.com/actividad/mindfulness/>

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 Aragón España



Página web del proyecto

<http://www.asociacionafda.com>

Imagen de la Actividad

