Taller de gestión de emociones

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

Taller destinado a aproximarnos a las emociones más básicas, potenciar el autoconocimiento emocional y aprender sobre su gestión y acciones al respecto.

Duración: 8 sesiones, una semanal de 60 minutos.
Disponible online, ofreciendo la posibilidad de acceder a este taller de forma telemática.

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

Más información sobre este taller y horarios en: https://asociacionafda.com/actividad/taller-cuestion-de-emociones/

actualizada el 29.09.2025

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

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

Fecha de última actualización de la actividad

30/09/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

No

Localización

Calle Santa Lucia 9 50003 Zargoza Zaragoza Zaragoza Zaragoza Aragón España



Página web del proyecto

https://asociacionafda.com/

Imagen de la Actividad

