Taller de velas aromáticas y meditación guiada.

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Salud sexual y reproductiva, Adicciones (alcohol, drogas y otras), Alimentación saludable, Formación, Vivienda y pobreza energética.

Descripción

Es una iniciativa que combina la creación artesanal de velas aromáticas con sesiones de meditación guiada. El proyecto busca promover el bienestar emocional y mental, fomentando la relajación, la atención plena y el autocuidado a través de experiencias sensoriales y prácticas contemplativas.

Se realiza bajo demanda y los/as participantes, tendrán que traer su tarro para hacer la vela.

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera ()

Persona de contacto

CLARA GRACIA LATORRE (662921876) (clara.gracia@cruzroja.es)

Fecha de última actualización de la actividad

12/08/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle Sancho y gil 8 50001 Zaragoza Zaragoza Aragón España

