Mens Sana: La importancia del sueño

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

Charla sobre patologías asociadas, relación con el uso de pantallas y gestión de rutinas.

Actividad impartida por profesionales de Psicología y Psiquiatría.

*Se dejará un espacio destinado a la participación de los asistentes

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

María Muñoz y Lucía Sobradiel (623285318) (zaragozamashumana@asapme.org)

Entidad participante/colaboradora/promotora

ASAPME Aragón

Fecha de última actualización de la actividad

04/11/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Plaza Mayor S/N 50008 ZARAGOZA Centro Cívico Teodoro Sánchez Punter Zaragoza Zaragoza Aragón España



Fecha de la Actividad

De 23/11/2026 a 23/11/2026

Página web del proyecto

https://asapme.org/zaragozahumana

Imagen de la Actividad

Image not found or type unknown