

## Aprende a conocerte

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

---

### Temas

Salud mental/Bienestar emocional.

---

### Descripción

¿Quieres emprender un viaje inolvidable al mejor de los lugares? Te invitamos a conocer tu interior, a aumentar tu autoestima, a aprender a cuidarte. Redescúbrete a través de actividades grupales, dinámicas, cuentos... Jueves 10:00 a 11:30 horas.

---

### Población

Población General - Cualquiera (Toda aquella persona, que tenga interés en indagar acerca del propio autoconcepto.)

---

### Persona de contacto

Ciara Condon (976498904. ext. 304) (saludcomunitaria@ftranvia.org)

---

### Fecha de última actualización de la actividad

26/12/2025

---

### Situación actual de la actividad

Activa

---

### Gratuita

Sí

---

### Localización

Calle Fray Luís Urbano 11 casa 23 50002 Zaragoza Zaragoza Zaragoza Zaragoza Aragón España



## Página web del proyecto

<http://www.ftranvia.org>