

# HIERBABUENA 2019 OVIEDO

Red adscrita  OBSA 

## Temas

Cultura, ocio y naturaleza.

## Descripción

El precio para asistir a nuestras actividades es de 25 € al año, que es la cuota de socio/a de nuestra asociación.

- HUERTO URBANO Lugar de encuentro donde cultivamos en un ambiente sano y entretenido
- COCINA SALUDABLE: Cocina de la abuela. Aprendemos a cocinar platos sencillos y sanos.
- ARTESANAMENTE: Arte con la manos y la imaginación • RINCÓN LITERARIO: Espacio creativo donde plasmar tus emociones a través de la escritura.
- INFORMÁTICA: Tengas conocimientos básicos o ningún conocimiento, en Hierbabuena aprendemos a manejar el ordenador. Word, Internet, Facebook.
- REDES SOCIALES Y MANEJO DE SMARTPHONE: Aprendemos a conocer nuestro móvil wassap, redes sociales etc. Con wifi gratis en el centro.
- VOLUNTARIADO ERA: Acompañamiento a nuestros mayores.
- CLUB SOCIAL :Espacio para compartir y realizar actividades de ocio. Nos importan tus inquietudes. Participa!.
- GRUPOS DE APOYO MUTUO: Escucha, respeto y confianza entre semejantes: Escucha de voces, experiencias sensoriales y /o creencias inusuales, sufrimiento emocional, intelectual y social extremo. Ven a compartir y expresarte libremente en un espacio seguro.

Sábados: Salidas de Ocio y tiempo libre  
Necesario inscripción previa para cada salida en el  
teléfono 678641263, 697294595

## Población

Población General - Cualquiera ()

## Persona de contacto

Alba, Sonia y Paula (697294595, 672044919, 6) (asociacion\_hierbabuena@hotmail.com)

## Fecha de última actualización de la actividad

28/07/2020

## Situación actual de la actividad

Histórica

## Gratuita

Sí

---

## Localización

Calle c/ historiador Juan Uria 15 33011 OVIEDO Oviedo Asturias Asturias España

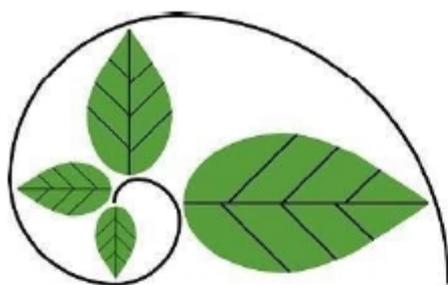


## Página web del proyecto

<http://hierbabenasaludmental.blogspot.com>  
<https://es-es.facebook.com/as.hierbabuena/>

---

## Imagen de la Actividad



**HIERBA BUENA**  
ASOCIACIÓN PARA LA SALUD MENTAL

**OVIEDO**

**ACTIVIDADES**

**De 8 de ENERO a 21 de J**

LUNES	MARTES	
<p><b><u>COCINA SALUDABLE</u></b> <b>10:30-12:00</b> Centro Social de Pumarín C/ Aureliano S. Román 25</p>	<p><b><u>GRUPO DE APOYO MUTUO</u></b> <b>16:30 – 18:00</b> Fábrica de Ideas C/ Historiador Juan Uría, 15</p>	
<p><b><u>ARTESANAMENTE</u></b> <b>17:00-18:30</b> Fábrica de Ideas C/ Historiador Juan Uría, 15</p>	<p><b><u>RINCÓN LITERARIO</u></b> <b>18:00-19:00</b> Fábrica de Ideas C/ Historiador Juan Uría, 15</p>	
<b><u>HUERTOS</u></b>		

<p><b><u>BUZÓN VERDE</u></b> <b>Hablemos de nuestros derechos</b> Quizás en algún momento te has sentido discriminado, no te han tratado en las condiciones que mereces, has visto vulnerados tus derechos, o ni siquiera tienes claro cuáles son esos derechos de los que hablamos. Es por ello que te tendemos una mano para trabajar juntos en la búsqueda de soluciones individuales y colectivas.</p>	<p><b><u>SALIDAS</u></b> <b>¡Ven a p</b> Se realizan dos veces</p>
	<p>¿Quieres colaborar?</p>

Esta cartelera de actividades <sup>3 de 4</sup> puede sufrir modificaciones a lo largo del año y surgir nuevas actividades. Os recordamos que para participar en las actividades es necesario una inscripción voluntaria.

