

Tractament de l'ansietat a partir de tècniques de Mindfulness

Red adscrita  CAT

Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Formación, Cultura, ocio y naturaleza.

Descripción

En el tractament de l'ansietat es recomanen tècniques de relaxació i retroalimentació i donar recursos al pacient enfront situacions estressants i/o per a millorar la seva qualitat de vida.
Dilluns de 10 a 11h, del 01/10/2018 al 17/12/2018

Población

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

Persona de contacto

cristina.marti@sanitatintegral.org (934470720) (cristina.marti@sanitatintegral.org)

Fecha de última actualización de la actividad

25/03/2019

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Calle Ronda Torrassa 151-153 08903 Hospitalet de Llobregat, L' Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 01/10/2018 a 17/12/2018