ADABA RELAX

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Personas en riesgo de exclusión, Salud mental/Bienestar emocional, Personas cuidadoras, Enfermedades crónicas, Actividad física, Participación.

Descripción

Un día a la semana, el jueves durante una hora (de 16 h. a 17,30 h.) los cuidadores se juntan para a través de la técnica del chi kung y guiados por una monitora, relajen la mente y el cuerpo y afronte de forma más optima la tarea del cuidar.

Precio de la actividad 5 euros mes.

Población

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

Persona de contacto

MARIA TELLO (TRABAJADOR SOCIAL) ATENCIÓN DIRECTA AL PUBLICO LOSMIERCOLES DE 16 H A 18 H (978880849/722316506) (adabandorra@gmail.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

ADABA (ASOCIACIÓN DE ALZHEIMER DE ANDORRA)

Fecha de última actualización de la actividad

05/03/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

No

Localización

Calle HUESCA HOSPITALILLLO 44500 ANDORRA ANDORRA Andorra Teruel Aragón España



Fecha de la Actividad

De 08/01/2026 a 17/12/2026