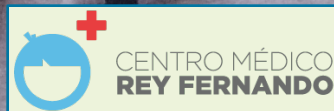


¿Te apuntas a los **Viernes SALUDABLES** en Centro Médico Rey Fernando?

Sesiones
presenciales,
prácticas y
participativas
en grupos
pequeños
de 1 hora y media
de duración
con supervisión
profesional

- Postura corporal y movimiento
- Atención plena a los sentidos
- Respiración
- Pensamientos rumiativos
- Bienestar emocional
- Naturaleza y salud



Imparte: Dra Etel CAROD BENEDICO
Medicina Familiar y Comunitaria

Viernes Saludables 2026

Para la promoción y prevención de la salud

FECHAS:

- 27 FEBRERO, 17h: Postura corporal y movimiento
- 20 MARZO, 17h: Atención plena a los sentidos
- 17 ABRIL, 17h: Respiración
- 15 MAYO, 17h: Pensamientos rumiativos
- 12 JUNIO, 17h: Bienestar emocional
- 10 JULIO, 9h: Naturaleza y salud

Lugar: Centro Médico Rey

Fernando, C/ Rafael Alberti, 15.
50018 – Zaragoza

1h 30' de duración

PRECIO de cada taller: 20€

- Plazas limitadas!!!
- Se respetará orden de inscripción

INSCRIPCIONES:

- **Mostrador** Centro Médico Rey Fernando
- **976 51 78 21**
- **talleres.salud.cmrf@gmail.com**