

[TALLER DE RELAJACION \[1\]](#)

TECNICAS DE RESPIRACIÓN, VISUALIZACIÓN, RELAJACION MUSCULAR PROGRESIVA Y ATENCIÓN PLENA PARA REDUCIR EL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD.

- [Leer más sobre TALLER DE RELAJACION \[1\]](#)

[VIVE SANO: UNA SEMANA PARA SENTIRTE MEJOR \[2\]](#)

UNA SEMANA AL MES EN EL COLEGIO, CON SESIONES FORMATIVAS (RCP, REDES, HIGIENE BUCODENTAL, ADICCIONES) Y ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y CULTURALES.

- [Leer más sobre VIVE SANO: UNA SEMANA PARA SENTIRTE MEJOR \[2\]](#)

[UN, DOS, TRES...RECUERDA OTRA VEZ \[3\]](#)

PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO, ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y EL FORTALECIMIENTO DE LAS RELACIONES SOCIALES ENTRE LAS PERSONAS PARTICIPANTES.

- [Leer más sobre UN, DOS, TRES...RECUERDA OTRA VEZ \[3\]](#)

[TEJIENDO NAVIDAD EN SALUD \[4\]](#)

INTERVENCIÓN PARTICIPATIVA DE CARÁCTER COMUNITARIO ORIENTADA A FOMENTAR LA IMPLICACIÓN ACTIVA DE LA POBLACIÓN EN LA VIDA DEL CENTRO DE SALUD, MEDIANTE LA CREACIÓN COLABORATIVA DE UNA PIEZA ARTÍSTICA COLECTIVA CON TEMÁTICA NAVIDEÑA.

- [Leer más sobre TEJIENDO NAVIDAD EN SALUD \[4\]](#)

[TECNICAS DE AUTOCUIDADO Y MANEJO DE LA DIABETES EN POBLACIÓN DIABÉTICA Y CUIDADORES \[5\]](#)

TALLER PARA OFRECER HERRAMIENTAS Y TÉCNICAS EN LA MEJORA DEL CUIDADO DE LA SALUD EN LA DIABETES: CONTENIDOS RELACIONADOS CON LA ALIMENTACIÓN, EL EJERCICIO FÍSICO, LOS CUIDADOS DE LA PIEL Y DE LOS PIES, ADECUACIÓN DE LA MEDICACIÓN, IDENTIFICACIÓN DE LOS SIGNOS DE ALARMA, ETC EN LA POBLACIÓN DIABÉTICA ADULTA Y SUS CUIDADORES Y/O CONVIVIENTES

- [Leer más sobre TECNICAS DE AUTOCUIDADO Y MANEJO DE LA DIABETES EN POBLACIÓN DIABÉTICA Y CUIDADORES \[5\]](#)

Páginas

- [1](#)
- [2 \[6\]](#)
- [3 \[7\]](#)
- [4 \[8\]](#)
- [5 \[9\]](#)
- [6 \[10\]](#)
- [7 \[11\]](#)
- [8 \[12\]](#)
- [9 \[13\]](#)
- ...
- [» \[6\]](#)
- [última \[14\]](#)

- [1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/taller-de-relajacion-1>
- [2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/vive-sano-una-semana-para-sentirte-mejor-0>
- [3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/un-dos-tresrecuerda-otra-vez-0>
- [4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/tejiendo-navidad-en-salud-0>
- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/tecnicas-de-autocuidado-y-manejo-de-la-diabetes-en-poblacion-diabetica-y-cuidadores-0>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=1>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=2>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=3>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=4>
- [10] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=5>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=6>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=7>
- [13] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=8>
- [14] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=53>