

[GRUPO PARA TRABAJAR LA ANSIEDAD Y EL ESTRÉS.](#) [1]

NOCIONES BÁSICAS SOBRE LA ANSIEDAD Y TÉCNICAS ESPECÍFICAS PARA SU CONTROL A TRAVÉS DEL TRABAJO.

- [Leer más sobre GRUPO PARA TRABAJAR LA ANSIEDAD Y EL ESTRÉS.](#) [1]

[LACTANCIA Y PUERPERIO](#) [2]

VALORACIÓN DE LA LACTANCIA, POSTURAS, SUCCIÓN. RESOLUCIÓN DUDAS SOBRE LACTANCIA, COMPORTAMIENTO RN. RESOLUCIÓN PROBLEMAS RELACIONADOS CON CRIANZA RN. ESCUCHA ACTIVA A PUÉRPERAS.

- [Leer más sobre LACTANCIA Y PUERPERIO](#) [2]

[GRUPOS DE APOYO](#) [3]

ESPACIO DE ENCUENTRO DONDE PERSONAS TRASPLANTADAS, EN LISTA DE ESPERA Y FAMILIARES PUEDEN COMPARTIR SUS DUDAS, INQUIETUDES, MIEDOS E INSEGURIDADES REFERENTES AL PROCESO.

- [Leer más sobre GRUPOS DE APOYO](#) [3]

[JUEGOS DE MESA](#) [4]

JUEGOS DE MESA QUE FAVORECEN SOCIALIZACIÓN Y AGILIDAD MENTAL.

- [Leer más sobre JUEGOS DE MESA](#) [4]

[HÁBITOS SALUDABLES: ALIMENTACIÓN Y EJERCICIO](#) [5]

PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES: ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA Y EJERCICIO FÍSICO COMO EJE DEL AUTOCUIDADO Y LA PREVENCIÓN.

- [Leer más sobre HÁBITOS SALUDABLES: ALIMENTACIÓN Y EJERCICIO](#) [5]

Páginas

- [primera](#) [6]
- [⌄](#) [7]
- ...
- [11](#) [8]
- [12](#) [9]
- [13](#) [10]
- [14](#) [7]
- 15
- [16](#) [11]
- [17](#) [12]
- [18](#) [13]
- [19](#) [14]
- ...
- [⌆](#) [11]
- [última](#) [15]

Source URL: <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=14>

Links

[1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/grupo-para-trabajar-la-ansiedad-y-el-estres-0>

[2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/lactancia-y-puerperio-0>

- [3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/grupos-de-apoyo-0>
- [4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/juegos-de-mesa-0>
- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/habitos-saludables-alimentacion-y-ejercicio-0>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=13>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=10>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=11>
- [10] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=12>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=15>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=16>
- [13] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=17>
- [14] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=18>
- [15] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/bienestar-emocional?page=53>