

ATENCIÓN PLENA Y SALUD:

práctica de
Mindfulness
en la vida
cotidiana



15 HORAS
0.5 ECTS
75€ (45€ Con TD)

Febrero: 9, 16 y 23
Marzo: 2, 9, 16, 23 y 30
Abril: 6, 20 y 27
Mayo: 4, 11, 18 y 25

Impartido por:

D^a. Terebel Jiménez.

Profesora titular de Universidad.
Área de Psicología Evolutiva y
de la Educación.



Información e inscripciones:
deportes.unizar.es/formación



Universidad
Zaragoza