

La Fundación Isadora Duncan pone en marcha un nuevo taller gratuito sobre salud mental



Desde la Fundación **Isadora Duncan**, ponemos en marcha el «**Taller de Salud Mental**», dirigido a todas aquellas personas que deseen aprender a identificar los síntomas característicos de distintos trastornos mentales, a la vez que se descubren estrategias prácticas para manejar el estrés, fortalecer el bienestar emocional y saber cuándo hay que buscar ayuda profesional o tratamiento adecuado.

Este taller tendrá lugar los **martes 18 y 25 de marzo de 2025 de 16:30 a 18:00 horas y es de carácter gratuito.**

Disponemos de un **servicio de conciliación** para que las personas que asistan al taller puedan traer a los menores a su cargo.

Las inscripciones podrán realizarse en la sede de la Fundación de Familias Monoparentales Isadora Duncan, sita en la **Avda. Reino de León, 12, E1, 1º o bien C/ Juan XXIII, 6, E1, 1º, León. Tfno.: 987 261449.**

La entrada [La Fundación Isadora Duncan pone en marcha un nuevo taller gratuito sobre salud mental](#) se publicó primero en [Isadora Duncan](#).

Artículo original: La Fundación Isadora Duncan pone en marcha un nuevo taller gratuito sobre salud mental [La Fundación Isadora Duncan pone en marcha un nuevo taller gratuito sobre salud mental](#)

Secciones: [FFM Isadora Duncan](#)