

PROGRAMA

SÁBADO 26 SEPTIEMBRE 2020

8:00 h Salida hacia el Balneario.

10:00 a 10:30 h Llegada y reparto de habitaciones. Entrega de credenciales.

11:00 h. Inauguración de la XII Jornadas Estilos de Vida Saludable de Zaragoza.

11:15 h a 12:00h Conferencia “La información sutil e inconsciente en relación a la salud”

D^a Margarita Lezcano Flores. Enfermera

12:00 a 12:30 h Conferencia “Tacto terapéutico” D. Tomás Fernández Fortún. Enfermero, presidente de ASENZAR.

D^a. Carmen Donoso y D^a Mariam Yagüe Terapeutas del método Janzu.

12:30 a 13:15 h Conferencia “Bases Científicas del Sistema Energético Corporal”

D^a Carolina Rebato Garay. Enfermera, Investigadora

13:15 a 14:00 Experiencia: “Análisis de la homeostasis energética personal

mediante la medición del campo de energía: GDV”

D^a Elena Salleras Sorolla. Experta en nutrición energética.

14:00 a 14:30 Conferencia “Tacto terapéutico”

D. Tomás Fernández Fortún. Enfermero

14:30 h Comida

16:30 a 17:30 h Talleres simultáneos.

T1 “Técnicas integrativas para equilibrarnos y mantenernos presentes.”

D^a Margarita Lezcano Flores

T2 “Yoga Nidra” D^a Carolina Rebato Garay

T3 “Tacto terapéutico” D^o Tomás Fernández Fortún

17:45 a 18:30 h Baño termal en las instalaciones del balneario. Grupo 1

18:30 a 19: Baño termal en las instalaciones del balneario. Grupo 2

19:30 a 20:30 h Talleres simultáneos.

21:00 h Cena. **22:30 h.** “.

23:00 h Paseo nocturno “Identificación de Estrellas y Costelaciones”

D. Roberto Civera. Divulgador Astronómico.

DOMINGO 27 SEPTIEMBRE 2020

8:30 h Taller “El despertar de los sentidos: “Practica de meditación y simbolismo”. D^a. Juani Lahuerta. Profesora de Yoga y Técnicas de Relajación.

9:00 h Desayuno

10:00 a 11:00 h Talleres simultáneos.

11:15 a 12:00 h Baño termal en las instalaciones del balneario. Grupo 3

12:00 a 12:30 h Entrega de llaves de habitaciones.

13:00 a 14:00 h Conferencia “Movimiento natural: la base del Parkour”

D. Pablo Saz Peiro. Médico

14:00 h Comida

16 a 17:30 h Taller de comunicación “La capacidad de establecer acuerdos”. Mercadillo de Trueque y Economía Colaborativa.

*Imprescindible traer 3 objetos que no uséis para el Trueque. Vale todo: ropa, libros, Cds , juguetes, ...

17:30 h Clausura: Antes y después de GDV. Entrega de evaluaciones.

18:00 h Despedida y regreso.

Objetivos:

PRECIOS:

JORNADAS: 170 € habitación doble.

Consultar otras opciones.

Estancia de niños menores de 3 años Gratuita. De 3 a 11 años 50% compartiendo habitación con los Padres.

-PREINSCRIPCIÓN:

Enviar un mail a

2020jornadasjaraba@gmail.com del 1 de Junio al de 7 Septiembre de 2020.

Indicando:

- **Nombre, Apellidos y número de asistentes.**
- **Tipo de habitación que precisa**

Una vez aceptada la Preinscripción se les remitirá el **Boletín de Inscripción** y forma de pago.

PLAZAS LIMITADAS. Inscripciones por orden de solicitud.

DIRIGIDO:

Diplomados, Grado Universitario y público en general

Compartir experiencias en el campo de la Salud y enfermería Integrativa.

Convivir con Personas y Profesionales con inquietudes Integrativas.

Aprender una serie de Técnicas e Intervenciones Propias Enfermeras Integrativas.

ORGANIZA:



Asociación de Enfermería Naturista de Zaragoza.

Colabora: Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza.

C/ Bretón 48, ppal. Zaragoza.

El Programa podrá verse alterado por necesidades del balneario o de la organización.

XII JORNADAS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE DE ZARAGOZA.



**26 - 27
SEPTIEMBRE 2020.**

Balneario Sicilia**
Carretera Calmarza s/n
Jaraba - Zaragoza**