

Xerrades i tallers gratuïts sobre salut emocional

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Escuela de salud, Salud mental/Bienestar emocional, Enfermedades crónicas.

Descripción

Xerrades i tallers gratuïts oberts a la comunitat sobre diversos temes de salut, emfatitzant en la gestió emocional, planificació del final de la vida, envelliment actiu, acompanyament psicològic en el dol...etc

Xerrades disponibles al Canal de YouTube de Mémora: https://www.youtube.com/c/GrupoMemora_oficial/videos

Es realitzen cada dijous a les 17h.

Actualment s'efectuen sessions en directe en format en línia pel mateix canal de youtube i, a partir de setembre de 2021, es reiniciaran les xerrades de manera presencial cada 2 setmanes als Espais de suport de Mémora a l'Hospitalet, Nou Barris-Horta i Manresa.

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera ()

Persona de contacto

Gretel Rafuls Trujillo (934841761) (gretel.rafuls@memora.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Fundación Mémora/ Espai de Suport Mémora

Fecha de última actualización de la actividad

21/09/2022

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Plaza Ajuntament 32 08901 Hospitalet de Llobregat, L' Hospitalet de Llobregat, L' Barcelona Cataluña España



Página web del proyecto

<https://www.facebook.com/ESHospitalet>

Imagen de la Actividad

ESPACIOS DE APOYO

2º CICLO CHARLAS ONLINE

Todos los jueves, de 17 a 18 h, podrás seguir las charlas en directo en el canal de Youtube. Posteriormente también podrás disfrutarlas en las aulas de Aulas Mémora del mismo canal de Youtube.



Accede aquí



www.youtube.com/c/GrupoMemora_oficial/AulesMemora

-
- 22/04/21 La cuentoterapia: un recurso para nuestro bienestar.**
Mar Val, cuentoterapeuta
 - 29/04/21 Cómo afrontar el duelo por la muerte de un ser querido.**
Lola Cabrera, psicóloga
 - 06/05/21 El maltrato psicológico: una realidad invisibilizada.**
Elena Fernández, psicóloga
 - 13/05/21 ¿Qué son los cuidados paliativos? Acompañamiento en el proceso final de vida.**
María Aguilar, trabajadora social
 - 20/05/21 Tratamiento de la ansiedad y la depresión con terapias psicológicas.**
Mònica Civit, enfermera
 - 27/05/21 La mejor manera de comunicar una mala noticia.**
Cristina Borruell, enfermera
 - 03/06/21 Afrontar la fatiga pandémica con actividad física saludable.**
Mònica Cintas, enfermera
 - 10/06/21 Primeros auxilios emocionales para ayudar a personas en duelo.**
Xavi Savin, psicólogo

