

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Personas cuidadoras, Enfermedades crónicas.

Descripción

A través de 8 sessions estructurades i temàtiques, es dotarà a les persones participants d'eines de gestió de gestió de l'estrès i regulació emocional a través del MINDFULNESS. Activitat gratuïta, és necessària inscripció prèvia i triatge per l'accés a l'activitat. Anima't i vine a provar-ho. L'accés es gratuït per totes aquelles persones amb càncer i els seus familiars. Es necessiten unes certes habilitats digitals per a la connexió. Res que no es pugui aprendre amb una crida per part nostra.

Población

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

Persona de contacto

Associació contra el Càncer a Barcelona (932002099) (barcelona@contraelcancer.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Associació contra el Càncer a Barcelona

Fecha de última actualización de la actividad

29/06/2023

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Travesía de les Corts 268 08014 Barcelona Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 07/02/2023 a 28/03/2023

Página web del proyecto

<https://www.contraelcancer.es>