

Regulación emocional a través de Mindfulness

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Enfermedades crónicas.

Descripción

Este taller pretende ayudar a pacientes de cáncer a regular sus emociones a través del Mindfulness. Durante estas 8 sesiones se realizará un autoconocimiento de nuestras emociones y practicaremos diferentes técnicas basadas en el Mindfulness guiadas por una psicóloga de la Asociación Contra el Cáncer.

Para asistir no se necesita ser parte de la asociación, puede asistir cualquier persona que tenga interés en el tema.

Necesaria inscripción previa a los números 978610394 o al 900100036.

Población

Población General - Cualquiera (Pacientes oncológicos)

Persona de contacto

Samantha Gómez Martínez (661900103) (samantha.gomez@contraelcancer.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER

Fecha de última actualización de la actividad

28/09/2023

Situación actual de la actividad

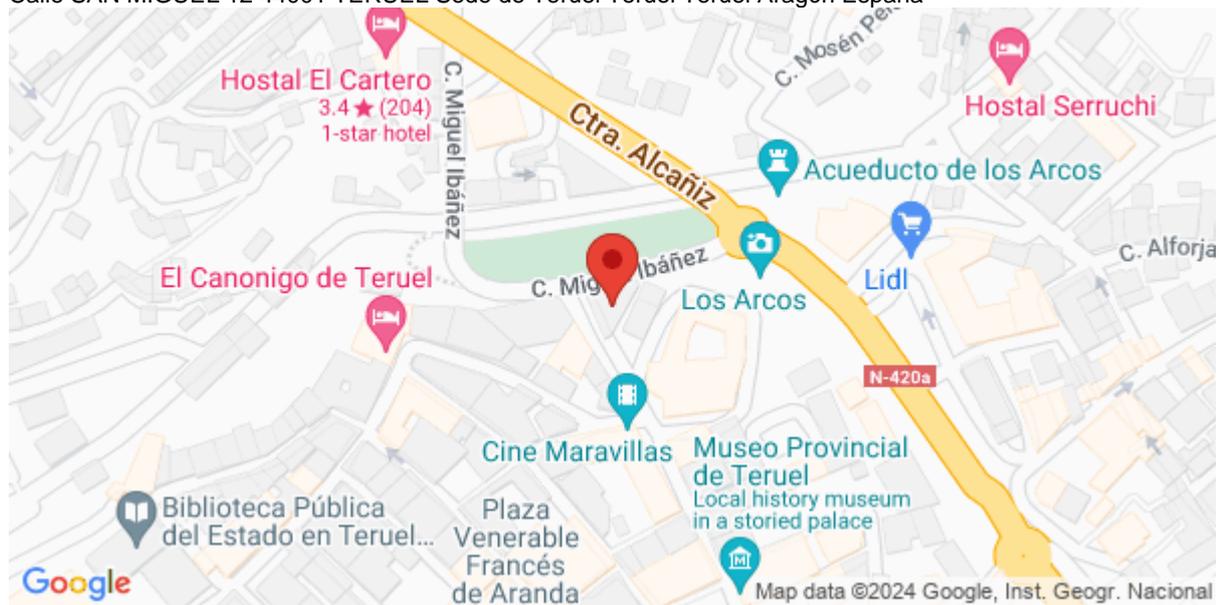
Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Calle SAN MIGUEL 12 44001 TERUEL Sede de Teruel Teruel Teruel Aragón España



Fecha de la Actividad

De 09/05/2023 a 27/06/2023

Imagen de la Actividad

Regulación emocional a través de Mindfulness

Sede Teruel
C/ San Miguel 12, Teruel.

Inscripciones gratuita
978 610 394 - 900 100 036
teruel@contraelcancer.es

Dirigido a
pacientes
oncológicos

Inicio 9 mayo
12:00 h



900 100 036
asociacioncontraelcancer.es

Teruel
AYUNTAMIENTO



asociación
española
contra el cáncer

