

CURSO DESHABITUACIÓN TABÁQUICA AECC, ON LINE

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

El curso de deshabituación tabáquica, en formato on line, consiste en 7 sesiones de una hora aproximadamente, a través de las cuales se va reduciendo el nivel de nicotina semana a semana, siendo en la 4ª semana cuando se llega a 0 cigarrillos y se dejan las últimas sesiones para trabajar la prevención de recaídas.

Se ofrecen dos cursos con comienzo el 21 de octubre a las 11:00 y a las 19:00, de esta manera pueden elegir por la mañana o por la tarde.

Para inscribirse pueden llamar al 900100036, web contraelcancer.es o en el enlace

<https://forms.office.com/r/sXWk6j9p0z>

Es gratuito

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

YOLANDA SANZ LOPEZ (900100036) (yolanda.sanz@contraelcancer.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

ASOCIACION CONTRA EL CANCER

Fecha de última actualización de la actividad

01/10/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Avenida . . 22600 Sabiñánigo Sabiñánigo Huesca Aragón España
Avenida . . 22330 Aínsa Aínsa-Sobrarbe Huesca Aragón España
Avenida . . 22300 Barbastro Barbastro Huesca Aragón España
Avenida . . 22430 Graus Graus Huesca Aragón España
Avenida . . 22700 Jaca Jaca Huesca Aragón España
Avenida . . 22420 Fraga Abiego Huesca Aragón España
Avenida . . 22001 Huesca Huesca Huesca Aragón España
Avenida . . 22002 Huesca Huesca Huesca Aragón España
Avenida . . 22003 Huesca Huesca Huesca Aragón España
Avenida . . 22004 Huesca Huesca Huesca Aragón España
Avenida . . 22500 Binefar Binéfar Huesca Aragón España
Avenida . . 22400 Monzon Monzón Huesca Aragón España
Avenida . . 22200 Sariñena Sariñena Huesca Aragón España
Avenida . . 22466 Castejon de sos Abiego Huesca Aragón España
Avenida . . 22550 Tamarite Tamarite de Litera Huesca Aragón España
Avenida . . 22260 Grañén Grañén Huesca Aragón España



Fecha de la Actividad

De 21/10/2025 a 02/12/2025

Página web del proyecto

<http://www.contraelcancer.es>

Imagen de la Actividad

Calendario actividades

Octubre - D

TALLERES MIXTOS (online y presencial en Huesca)



Yoga

Martes/ 12:00h (Semanal). A partir 14 oct.

Presencial: Sede de Huesca

Imparte: Pilar Tejero

Pacientes y Familiares

Microgimnasia

Miércoles/ 17:00h (mensual)

Presencial: Sede de Huesca

Imparte: Juan Miguel Gállego

Pacientes y Familiares

Discapacidad y dependencia

8 octubre y 17 diciembre/ 11:00h

Presencial: Sede de Huesca

Imparte: Eva Peralta y Andrea Longás

