

IX Edició 2023

DE XERRADES-TALLERS PER A PACIENTS AMB CÀNCER DE MAMA

Lucia Sanz *Coordinadora de les xerrades-tallers*



19.01

**Com aprendre a estimar-te després d'un càncer.
Eines de gestió emocional (taller 2/2)**

Rosa Fernández Cerezo *Coach*

16.02

Càncer, menopausa i sexualitat. Mites i realitats.

Mónica González Fernández

Especialista en Ginecologia i Obstetrícia.

Responsable de la Unitat de Disfunció Sexual femenina a la Fundació Puigvert

09.03

Dubtes jurídics. Quins són els drets de les pacients amb càncer de mama?

Camino Quiroga Martínez

Notari

30.03

Taller de mindfulness. Aprenent a viure i a gaudir el present.

Manuela Pérez

Infermera, facilitadora de mindfulness i meditació.

20.04

**Taller pràctic d'exercici físic. Com podem reconnectar amb el nostre cos
a través de la pràctica d'exercici físic?**

Esther Valera Páez

Educadora fisicoesportiva i entrenadora personal

18.05

**Consells per a cuidar la pell i els símptomes relacionats amb els tractaments
contra el càncer.**

Carolina Martínez Núñez


Infermera de l'Hospital de Dia d'Oncologia mèdica de l'Hospital Universitari Vall d'Hebron


15.06

**Alimentació i càncer de mama. Descubrim com l'alimentació pot ajudar-te
a millorar símptomes i efectes secundaris.**

Marta Capelán Rodríguez

Oncòloga mèdica especialista en càncer de mama i experta en Oncologia Integrativa

 11.00 - 13.00 h

 Auditori Centre CELLEX
C/ Natzaret, 115-117, Barcelona, 08035

 Vall d'Hebron  19, 76

Si no pots venir, també podràs seguir les
xerrades i tallers en directe a través de:

 bit.ly/TalleresMamaVHIO

 www.facebook.com/vhiobarcelona

Organitza:



Patrocina:



Col·labora:

