

Hospital
del Mar

Parc
de Salut
MAR
Barcelona

www.hospitaldelmar.cat

@hospitaldelmar

[:]

Un respiro al cáncer

Programa de apoyo
emocional

Fechas:

13 / 12 / 2017

10 / 01 / 2018

14 / 02 / 2018

Segundo miércoles de cada
mes de noviembre a enero

Horario:

Miércoles

de 10.00 a 11.30 h

Lugar:

Aula 61.346 - 61.348

En la 3ª planta del
Campus Universitari Mar
C/ Dr. Aiguader 80
08003 Barcelona

Grupo abierto

**No es necesaria
la inscripción**

Más información en el
teléfono **932 405 888**

Gratis

Plazas
limitadas

Taller de Chi Kung

Para pacientes oncológicos
y sus familiares

El Chi Kung es una técnica auxiliar de la Medicina Tradicional China reconocida por la OMS como técnica para **preservar la salud**. La finalidad de este taller es disminuir la tensión física y emocional, mediante el trabajo corporal, la respiración pausada y la quietud mental, para mejorar el **bienestar y la calidad de vida**.

Los ejercicios propuestos en la sesión se pueden realizar de pie o sentados y tienen carácter voluntario, permitiendo que cada participante decida libremente el grado de implicación personal según sus necesidades y su estado de salud.

El taller es totalmente gratuito. Las sesiones, de una hora y media de duración, son en formato de grupo abierto, por lo que **la asistencia al taller es libre y no es necesario avisar en caso de no poder asistir**.

Con el apoyo de:



Con la colaboración de:



Campus Universitari Mar

