



PRÓXIMOS TALLERES 2019

Más información e inscripciones:

C/ San Marcial 1, Móstoles

Teléfono: 91 838 09 24

email: espaciomadridsuroeste@aecc.es



25 septiembre
(11:00 a 13:00)

Duelo

Intervención grupal con el objetivo de facilitar herramientas que ayuden a elaborar la pérdida de un ser querido.

Previa valoración profesional

Dirigido a familiares

10 sesiones



10 septiembre
(11:00 a 13:00)

Supervivientes

Destinado a pacientes que han finalizado sus tratamientos y continúan con la carga emocional y secuelas de la enfermedad.

Previa valoración profesional

Dirigido a pacientes

10 sesiones



27 septiembre
(11:30 a 13:30)

Hablando con mis hijos

Un espacio para dialogar sobre los aspectos más importantes a tener en cuenta con los niños y adolescentes: facilitar la comunicación y la actuación para que los adultos se sientan seguros y puedan prevenir y/o detectar situaciones de malestar emocional en los niños.

Dirigido a pacientes y familiares

1 sesión



2 octubre
(11:00 a 13:00)

Programa para dejar de fumar

Intervención grupal destinada a la población general con el objetivo de lograr la abstinencia definitiva del tabaco

Previa valoración profesional
(inscripción antes del 12 sept)

Dirigido a población general

10 sesiones



3 octubre / 21 noviembre
(11:00 a 12:30)

Incapacidad y discapacidad

Se trata de una charla informativa en la que se dará respuesta a preguntas como: ¿Cuánto tiempo puedo estar de baja laboral? ¿tengo derecho a una adaptación del puesto de trabajo? ¿Puedo solicitar una minusvalía? El objetivo es informar y orientar sobre DÓNDE, CÓMO y CUÁNDO solicitar la incapacidad y la minusvalía o discapacidad.

Dirigido a pacientes y familiares

1 sesión



7 octubre / 8 noviembre
(11:00 a 12:00)

Taller de Relajación: Tómate un respiro

Con este taller pretendemos ayudar a conocer y a normalizar la respuesta de la ansiedad ante situaciones difíciles. Facilitar el aprendizaje de técnicas que permitan reconocerla y gestionarla.

Previa valoración profesional

Dirigido a pacientes

4 sesiones, 1 por semana.



10 octubre
(12:00 a 13:30)

Aprendo a cuidarme: Be You

Taller dirigido a pacientes que quieran aprender a cuidarse, ayudándoles a identificar sus áreas de fortaleza y en las que necesitan mejorar. Se trabajará la imagen corporal y la autoestima, la autoaceptación, la autocompasión y la calidad de vida.

Dirigido a pacientes

4 sesiones, 1 por semana.



11 octubre
(11:00 a 13:00)

Estimulación cognitiva: Fenómeno Chemobrain

Charla informativa para conocer los cambios cognitivos más frecuentes en el paciente oncológico y recomendaciones generales de la vida diaria

Dirigido a pacientes

1 sesión



6 noviembre / 4 diciembre
(16:00 a 17:30)

Cuídate y dale uso a tu pañuelo

Taller práctico dirigido a pacientes que estén o hayan pasado por tratamiento oncológico y debido a ello han perdido todo o parte de su pelo. Abrimos un espacio para dialogar sobre el impacto emocional que tiene este efecto secundario y practicar con pañuelos diferentes modelos de peinados. Nuestro objetivo es poder crear el modelo que más se ajuste a cada persona y favorecer espacios de autocuidado.

Dirigido a pacientes

1 sesión



27 y 28 noviembre
(15:00 a 17:00)

Cuidarte para cuidar

Cuidar a un ser querido con cáncer puede ocasionar agotamiento físico y emocional, por ello, este taller está pensado para ayudar a manejar las emociones del enfermo, establecer hábitos de vida saludables, gestionar el entorno, obtener información sobre medidas de apoyo, y en definitiva, aprender a cuidarse.

Dirigido a familiares y
cuidadores

2 sesiones