

ORGANIZA:



ASOCIACIÓN DE MUJERES CON
CÁNCER DE MAMA DE LA AXARQUÍA
” ESPERANZA “

COLABORAN:



II JORNADA SOBRE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN CÁNCER



ASOCIACION ESPERANZA

VIERNES 05 DE MAYO DE 2017

LUGAR: SALON DEL MAR (TORRE DEL MAR)

TORRE del MAR
Tenencia de Alcaldía





ASOCIACIÓN DE MUJERES CON
CÁNCER DE MAMA DE LA AXARQUÍA
" ESPERANZA "

La Asociación de mujeres con cáncer de mama de la Axarquía "Esperanza", ha sido creada con el objetivo de ayudar a todas las mujeres que padecen o han padecido esta enfermedad, así como a sus familiares. Ofrecemos apoyo a nivel físico, psicológico y social, para conseguir un aumento de la calidad de vida de esta población.

Las II Jornadas sobre Estilos de Vida Saludable tienen como objetivo la promoción de la salud y la prevención del cáncer de mama, promoviendo los diferentes hábitos de vida que nos benefician a nivel físico, mental y social, a través de actuaciones como: dieta equilibrada, ejercicio físico, bienestar emocional y eliminación de hábitos tóxicos, con la intención de disminuir el riesgo de aparición de esta enfermedad así como su posible recaída.

Asimismo, cabe destacar que esta jornada se integra en los planes y actuaciones comunitarias que se llevan a cabo en esta Área Sanitaria: Participación Ciudadana, Promoción de Salud, Oncología, Cuidados a pacientes crónicos.

PROGRAMA

10,00.- RECEPCIÓN Y ENTREGA DE DOCUMENTACIÓN.

10,30.- ACTO INAUGURAL.

10,45.- PONENCIA

“Alimentación, Salud y Enfermedad. Hoy Comemos en Familia. Coaching Nutricional”
D^a Nina Nieves Gómez
Médico por la UGR y Socia de la Asociación Esperanza.
D^o Diego Andrés y D^a Nina Gaitán Nieves
Estudiantes de medicina por la UGR, Formación universitaria en coach nutricional por la Universidad Antonio Nebrija.

11,30.- DESAYUNO SALUDABLE

12,00.- SINCROBOX

D^a Clara Santiago Sánchez.
Creadora de este sistema de entrenamiento

12,30.- APOYO EMOCIONAL

D^a Gema Jiménez García
Licenciada en Psicología por la UMA..

13,00.- CUIDADOS CONSCIENTES

D^o Jesús Castillo Bonilla
Enfermero y Experto Universitario en Mindfulness.

13,30.- RUEGOS Y PREGUNTAS.

14,00.- ABRAZOS

D^a Sonia Pérez Vela.
Licenciada en Psicología por la UMA.

14,15- ACTO DE CLAUSURA

14,30.- ALMUERZO (A cargo de cada Participante)

16,00 BROCHE FINAL Convivencia con música