



Eix	Vigilem la Salut
Intervenció	Prevenió Càncer de mama
Objectiu	Conèixer els aspectes físics, psico-emocionals, ambientals, nutricionals i les cures específiques que ajuden a prevenir i controlar el càncer de mama. Aprendre i practicar.
Descripció	<ul style="list-style-type: none"> - Deu consells pràctics per a la salut de les mames - Aspectes físics, psicològics, emocionals i ambientals que influeixen en el desenvolupament del càncer de mama - Nutrició i estil de vida saludable - Procés de desintoxicació, enfortiment del sistema immunològic i cura del sistema endocrí - Cures específiques del cos femení i salut dels pits - Estrès i càncer de mama - Com generar hàbits saludables i respostes de sanar - Aprendre a viure una vida amb propòsit - Exercicis, tècniques de respiració, ioga i meditació
Metodologia	Taller dirigit a totes les dones interessades en aprendre una visió holística i integral per a la prevenió i control del càncer de mama.
Data d'inici i calendari	Març 2017
Accions realitzades	29 de març de 8 a 9 i de 15 a 16 30 de març de 12,30 a 13,30
Avaluació	Participació: 92 persones

Prevenió del Càncer de mama.

Taller teòric i pràctic sobre Salut mamària.
Impartit per la Dra. Marta Lahuerta.

29 de Març
De 08.00 a 09.00 i de 15.00 a 16.00h.

30 de Març
De 12.30 a 13.30h.

Aula Biblioteca

