

Dia de les persones cuidadores

Dimarts 5 de novembre de 2019
Espai Barcelona Cuida

Av. Marquès de l'Argentera, 22 (entrada pàrquing de l'Estació de França)

**Per a persones que cuiden d'altres persones,
siguin familiars, amigues, veïnes o professionals.**

Programa

(pots venir tota la jornada o bé a l'espai que t'interessi)

- | | |
|----------------------|--|
| 9.15-9.30 h | Espai d'acollida |
| 9.30-10.30 h | Espai apoderament: "Estratègies psicològiques per cuidar la persona cuidadora", xerrada a càrrec del psicòleg Xavier Cleries, del Parc Sanitari de Pere Virgili |
| 10.30-11 h | Espai Barcelona Cuida: presentació |
| 11-12 h | Espai ioga terapèutic: sessió a càrrec de la mestra de ioga Sílvia Benito, del Parc Sanitari de Pere Virgili |
| 12-12.30 h | Espai refrigeri |
| 12.30-13.30 h | Espai expressió: <i>Riure per Viure</i> , sessió a càrrec del risoterapeuta Ramón Hermosín Valiente |
| 13.30-14 h | Espai Veu: t'escoltem! |

Cal formalitzar inscripció al 93 413 21 21
