

# AGENDA ACTIVITATS. AECC

Setmana del 1 al 7 de juny de 2020

Durant aquest confinament, l'AECC - Catalunya contra el Càncer vol que et segueixis cuidant des de casa. **SEGUIM AMB TU** a les nostres xarxes socials



## Dilluns 1

**IGTV, Facebook i Twitter.** Com gestionar l'ingrés hospitalari, amb l'Alexandra Fernández, psicooncòloga de l'AECC.

## Dimarts 2

**10.30 h. Instagram Live.** Millorar la mobilitat, flexibilitat i força de braços i tronc.

## Dimecres 3

**17.30 h. Instagram Live.** Taller d'amanides.  
**GTV, Facebook i Twitter.** Orientació i assessorament jurídic: incapacitat temporal, amb la col·laboració d'ARAG.

## Dijous 4

**10.30 h. Instagram Live.** Millorar la mobilitat, flexibilitat i força de cames.  
**17.30 h. Instagram Live.** Directe amb en Miquel Antoja. "Ajoblanco" d'ametlla marcona amb pa de kamut, raim amb verat al vapor.

## Divendres 5

**10.30 h. Instagram Live.** Exercici terapèutic de cap i coll.

## Dissabte 6

**IGTV, Facebook i Twitter.** Taller de ciència.

## Diumenge 7

**IGTV, Facebook i Twitter.** Ioga, amb la Sabine.

I recorda, si ets malalt de càncer, familiar o cuidador, a l'AECC seguim oferint els nostres serveis:

truca'ns al **900 100 036**  
o entra a [www.aecc.es](http://www.aecc.es)