

Programa Tenim cura de tu



Els fonaments

Un dels eixos més importants de la Formació Corporativa ICO és el de contribuir al benestar personal i professional a través d'accions que promoguin el compromís i un desenvolupament integral.

El nostre objectiu

Des de Formació Corporativa volem posar en marxa diferents activitats d'educació per a la salut i auto cura per tal que el nostre benestar físic i emocional contribueixi a un treball de qualitat i calidesa amb els nostres pacients.

La nostra proposta

T'oferim una oferta formativa voluntària gratuïta i de qualitat enfocada a l'auto cura, amb tallers, cursos i sessions úniques on gaudir de l'experiència d'exercitar el cos i la ment des de un enfoc holístic.

Si vols cuidar-te, aquest és el teu programa

T'hi apuntes?



CATÀLEG PROGRAMA TENIM CURA DE TU ICO GIRONA

PRIMERA EDICIÓ 2019

AUTO CURA EN PREVENCIÓ CONTRA EL CÀNCER

Dins el **Programa Tenim cura de tu**, hem dissenyat per a vosaltres un programa formatiu voluntari on line gamificat, per a la promoció de l'educació per la salut i la prevenció del càncer per a tots els professionals ICO.

Els cursos s'estructuren seqüencialment en un primer mòdul bàsic, **Prevenció primària i programes de cribatge**, seguit de **Prevenció del càncer de còlon, Prevenció del càncer de mama i Prevenció del càncer de coll uteri**.

La realització del primer permet l'accés als específics, podent escollir aleatòriament en funció dels interessos.

Modalitat: on line

Duració: 1 hora cada mòdul

Dates de realització: De l'1 d'abril al 31 de maig de 2019

Aula Virtual E-Oncologia



IOGA

Sistema d'autoconeixement, autorealització i assoliment del màxim benestar del cos i la ment.

Modalitat: presencial

Horari: els **dimecres** 1h15'; **matí:** de 12:45 a 14:00 h; **tarda:** de 15:30 a 16:45 h i **divendres** de 15:30 a 16:45h.

Distribució sessions i duració: 10 hores. **Grups mati/tarda dimecres:** 3,10,24 d'abril, 8,15,22, 29 de maig i 5 de juny de 2019

Grup divendres tarda: 5,12,26 d'abril,3,10,17,24 i 31 de maig de 2019.

Lloc: Aules ICO Formació Girona

Docent: Eva Illescas Tamayo

COMUNICACIÓ I PRESENTACIONS EFECTIVES I IMPACTANTS

Els objectius d'aquest itinerari formatiu en comunicació i tractament de la informació són:

- aprendre a organitzar, estructurar i sintetitzar la informació.
- dissenyar, maquetar i comunicar adequadament els resultats d'un projecte.
- millorar les tècniques de presentacions en públic.

Modalitat: presencial

Horari: de 15:30 a 18:00 hores

Distribució sessions i duració: Els dies 1, 3, 8, 10, 24 i 29 d'Abril de 2019

Lloc: Aules ICO Girona

Docent: Consultora externa (Gesem)

Espais i materials

Les sessions teòriques es realitzaran a les Aules de Formació de cada centre i les sessions pràctiques en espais habilitats. El material necessari per a realitzar l'activitat pràctica podrà ser una estoreta individual (o tovallola) i roba còmoda.

Condicions

Totes les activitats són de caràcter voluntari i han de realitzar-se fora de la jornada laboral. Es financen des de la Unitat de Formació Corporativa i la seva realització podrà compensar-se com a hores de formació voluntària

Inscripció

Per inscriure't a l'activitat/s del teu interès, envia'ns un correu a formacio@iconcologia.net. El termini finalitzarà el proper **20 de març de 2019**. Les edicions i el grups es realitzaran en funció del nombre de persones interessades.

Per a més informació:

Formació corporativa. Direcció de persones.

Institut Català d'Oncologia

Gran Via de L'Hospitalet 199-203 | 08908 L'Hospitalet de Llobregat | 93 260 74 60
formacio@iconcologia.net | <http://ico.gencat.cat> | www.facebook.com/ICOnoticies