



# DÍA MUNDIAL DE LA ENFERMEDAD INFLAMATORIA INTESTINAL

## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

### 1- OBJETIVO GENERAL

Ofrecer una jornada de información, apoyo y conexión para personas con Enfermedad Inflamatoria Intestinal (EII), sus familias y cuidadores, enfocada en el manejo integral de la condición y la promoción del bienestar.

**2- FECHA Y HORA:** Domingo 18 de mayo de 2025, de 10 a 13.

**3- LUGAR:** Cuba 3380. Belgrano. CABA

**4- RECEPCION y ACREDITACIÓN:** Registro de asistentes. Entrega de material sobre EII.

**5- BIENVENIDA:** Palabras de Bienvenida a cargo de GADECCU.

### 6- PRESENTACIÓN DE OBJETIVOS DE LA JORNADA

**7- TALLER DE MINDFULNESS APLICADO A EII (parte 1):** Técnicas de Mindfulness como herramienta para el manejo del estrés y la ansiedad asociados a la EII. Ejercicios prácticos de atención plena

**8- ESPACIO DE EDUCACION NUTRICIONAL:** Cocina saludable para EII. Demostración en vivo de recetas de cocina adaptadas a las necesidades dietéticas de personas con EII, a cargo de Romi Cheff.

### 9- RECESO PARA HIDRATACIÓN Y NETWORKING

**10- TALLER DE MINDFULNESS APLICADO A EII (parte 2):** Continuación de las técnicas de Mindfulness, enfocadas en la aceptación y el afrontamiento de la EII en la vida diaria. Estrategias para el autocuidado y la gestión emocional.

**11- ACTIVIDAD SIMBÓLICA PARA FOMENTAR LA CONEXIÓN ENTRE LOS ASISTENTES Y EL SENTIDO DE COMUNIDAD.**

**12- CIERRE DEL EVENTO Y AGRADECIMIENTO A ASISTENTES, COLABORADORES Y PATROCINADORES.**

**13- FOTO GRUPAL.**