

Desde el departamento de Patient Relations de Novartis nos invitan a visitar el programa VIVIR CON TODO disponible en la web “Tú cuentas mucho” al que puedes acceder mediante el siguiente enlace: <http://www.tucuentasmucho.com/cuidarse/descubre-el-programa-vivir-con-todo/>

El programa VIVIR CON TODO ofrece entrenar aspectos de nuestra experiencia que son naturales a todos los seres humanos y que a veces tenemos olvidados al vivir nuestra vida arrastrados por el estrés, el malestar, la enfermedad o el sufrimiento. Cuando la enfermedad nos afecta, lo mejor que podemos hacer es participar en el proceso terapéutico poniendo nuestra mente y cuerpo a nuestro favor, de modo que abrimos posibilidades para entrenar nuestra actitud ante la enfermedad para crear condiciones que ayuden a dejar crecer la serenidad y el bienestar en nuestras vidas.

VIVIR CON TODO es una iniciativa que propone contar con la implicación y los recursos de cada persona para conseguir el mayor bienestar que sea posible. Esta iniciativa propone que sigas los siete pasos del programa, pasos que aquí hemos llamado movimientos y que iremos publicando periódicamente cada 15 días empezando el día 17 de mayo. También contarás con diferentes soportes (videos, prácticas, audios y libros) que te ayudarán a implicarte en cada paso de la mejor forma posible.

¡No te pierdas esta oportunidad!