



ACTIVITATS PER A PACIENTS ONCOLÒGICS

A TERRASSA

CURS DE GESTIÓ DE L'ESTRÈS PER SOFROLOGIA

A càrrec de **Joan Enric Puig**, sofròleg. Adquisició de tècniques físiques i mentals per potenciar els recursos propis.

SESSIÓ PRÈVIA

DIMECRES MATÍ
Dies 7, 14, 21, 28
10.00 - 11.30h.

1r GRUP

DIMECRES MATÍ
Dies 7, 14, 21, 28
11.30 - 13.00h.

2n GRUP

DIMECRES TARDA
Dies 7, 14, 21, 28
17.00 - 18.30h.

TALLER DE PAUTES D'AUTOCAIDAR-SE

DIJOUS MATÍ

Dies 8, 15, 22, 29

A càrrec de **Aurora Tamayo**, Esteticista oncològica. *Coordinat per: Anna Vilamanyà de:*



DILLUNS TARDA

Dies 5, 12, 19, 26
17.30 - 18.30h.

DIMARTS MATÍ

Dies 6, 13, 20, 27
10.00 - 11.00h.

TALLER TAI TXI - TXI KUNG

"Un treball terapèutic i energètic de recerca de l'equilibri del cos i la ment"
A càrrec de **Francesc Sánchez**, membre de l'Associació Professional Espanyola de Naturopatia i Bioteràpia - APENB Prèvia derivació de Treball Social d'Oncolliga.

TALLER DE TEIXIR COMPLEMENTS

DIJOUS MATÍ

Dies 8, 15, 22, 29
10.30 - 12.00h.

TALLER: La primavera ens convida a participar en el taller de teixir complements: mocadors, gorros, bosses...
A càrrec de **Silvia Martos**.

DIMARTS I DIJOUS MATÍ

EXERCICIS A L'AIGUA I LA SALUT

A càrrec de **Marina Guallar**, fisioterapeuta
Lloc: Qsport. Prèvia derivació de Treball Social d'Oncolliga.



13ª DESFILADA DE PECES DE BANY I LLENCERIA

Dia 15 DIJOUS TARDA 18.00h.

13ª desfilada de roba interior i vestits de bany per a dones operades de càncer de mama.
Lloc: C/Salmerón, 100

Amb la col·laboració de:



DIA MUNDIAL DEL CÀNCER D'OVARI

DIJOUS TARDA

Dia 8
17.30h.

CONFERÈNCIA: "Què és i com es tracta avui el càncer d'ovari"

A càrrec de la **Dra. Àngels Arcusa**, Cap del servei d'oncologia del Consorci Sanitari de Terrassa
Lloc: C/Salmerón, 100

Dies 10 i 11
DISSABTE I
DIUMENGE

FIRA MODERNISTA

Punt d'informació d'Oncolliga.

DIVENDRES

Dia 16
TOT EL DIA

XXIII JORNADA SOLIDÀRIA CONTRA EL CÀNCER

Totes les activitats realitzades a Oncolliga són gratuïtes. S'ha de confirmar assistència ja que són places limitades.



oncolliga

Fundació Lliga Catalana d'Ajuda Oncològica

Carrer Salmerón, 100 - 08222 Terrassa
Telf. 93 736 14 34

terrassa@oncolliga.cat - www.oncolliga.cat

Amb el suport de



Fundació Antiga Caixa
Terrassa



Ajuntament  de Terrassa

Acció Social i Drets Civils



ACTIVITATS PER A PACIENTS ONCOLÒGICS

A SABADELL

CURS DE MICROGIMNÀSTICA

DILLUNS TARDA
Dies 5, 12, 19, 26
16.00 - 17.00h.

A càrrec de **Maite Bertran**. Infermera i educadora corporal en microgimnàstica. Exercicis físics amb la finalitat d'aconseguir una millora en l'harmonia corporal. Lloc: Centre Cívic Cal Balsach. Ctra. Prats de Lluçanès, 2, Sabadell.

TALLER DE RISOTERÀPIA

DIVENDRES TARDA
Dia 30
16.30 - 17:30h.

"Risoteràpia: el poder sanador del riure"
A càrrec d' **Aura Costa**. Periodista.
Lloc: Centre Cívic Cal Balsach. Ctra. Prats de Lluçanès, 2, Sabadell.

7è SOPAR SOLIDARI CONTRA EL CÀNCER

DIVENDRES NIT
Dia 23
21.00h.

Donatiu tiquet: 40 €
Lloc: Gran Hotel Verdi Av. Francesc Macià 62, 08206 Sabadell
Per reservar entrades trucar al 685 989 212, o bé a l'adreça electrònica sabadell@oncolliga.cat, o al Cal Balsach-Centre Cívic Creu Alta (dilluns tarda i dimecres matí)

A SANT CUGAT DEL VALLÈS

TALLER "LA DANÇA COM A EINA PER L'EQUILIBRI EMOCIONAL"

DILLUNS TARDA
Dies 5 i 19
De 18.30 - 19.30h.

A càrrec de **Silvia Colominas**. Professora de ball.
Lloc: El Xalet Negre, plaça del Coll, 4 - Sant Cugat del Vallès.

TALLER DE PINTURA

DILLUNS TARDA
Dies 5 i 19
De 17.00 - 18.30h.

"Les emocions a través de la pintura". A càrrec de **Laura Sánchez**. Professora de pintura.
Lloc: El Xalet Negre, plaça del Coll, 4 - Sant Cugat del Vallès.

A MATADEPERA

DIMECRES TARDA
Dia 14
19.30h.

CONFERÈNCIA: "El càncer és hereditari?" Consell Genètic

A càrrec del **Dr. Ignacio Blanco**. Coordinador Assistencial de la Unitat del Consell Genètic de l'ICO
Lloc: Casal de cultura, carrer Pere Aldavert 4, Matadepera

Totes les activitats realitzades a Oncolliga són gratuïtes. S'ha de confirmar assistència ja que són places limitades.



Carrer Salmerón, 100 - 08222 Terrassa
Telf. 93 736 14 34

terrassa@oncolliga.cat - www.oncolliga.cat



**Ajuntament
de Sabadell**

Ajuntament
de SantCugat



Ajuntament
de Matadepera