



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 4, 11, 18, 25
10.00 - 11.30h.

1r GRUP

DIMECRES MATÍ
Dies 4, 11, 18, 25
11.30 - 13.00h.

2n GRUP

DIMECRES TARDA
Dies 4, 11, 18, 25
17.00 - 18.30h.

3r GRUP

DIMECRES TARDA
Dies 4, 11, 18, 25
18.30 - 19.30h.

TALLER TAI TXI - TXI KUNG

DILLUNS MATÍ

Dies 2, 9, 16, 23, 30
10.00 - 11.30h.

"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 PAUTES D'AUTOUIDAR-SE

DIJOUS MATÍ

Dies 5, 12, 19, 26

"EL CUIDADO DE LA PELL EN ELS TRACTAMENTS ONCOLÒGICS"
A càrrec de **Maria Mata, Aurora Tamayo, Núria Izquierdo**.
Coordinació: **Anna Vilamanyà**. Esteticistes oncològiques.



XERRADA: "NADAL POSA'T GUAPA"

DIJOUS MATÍ

Dia 5
10.00 - 11.30h.

A càrrec d'**Anna Vilamanyà**, esteticista oncològica.
Lloc: carrer Salmerón, 100

TALLER DE MANUALITATS CREATIVES

DIMECRES TARDA

Dies 11, 18, 25
17.00 - 18.00h.

Braçalets, arracadees, penjolls...
A càrrec de **Milagros Coloma**
Lloc: carrer Salmerón, 100

CONFERÈNCIA: "TÈCNiques COMPLEMENTÀRIES QUE PODEN AFAVORIR AL BENESTAR: LA DESPROGRAMACIÓ"

DIJOUS TARDA

Dia 26
18.00h.

A càrrec de **Cristina Vilaseca**, terapeuta
Lloc: carrer Salmerón, 100

XXIII SOPAR SOLIDARI CONTRA EL CÀNCER

20 de novembre de 2015

TOTS HO VOLEM

Gràcies a la teva solidaritat,
ens ajudes a treballar cada dia
per un somni possible.

Lloc:

Restaurant Imperial
(Ctra. Matadepera, 60 de Terrassa).

Data:

Divendres 20 de novembre de 2015,
a les nou del vespre.

Donatiu tiquet:
55€ - places limitades-

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

Ajuntament de Terrassa
Acció Social i Drets Civils

Amb el suport de



Fundació Antiga Caixa
Terrassa





ACTIVITATS PER A PACIENTS ONCOLÒGICS

A SABADELL

TALLER DE IOGA KUNDALINI

DIMARTS TARDA

Dies 3, 10, 17, 24
16.00 - 17:00h.

Basant-nos en aquest ioga i la meditació Zen, treballem els efectes sobre la ment i el cos. A càrrec de "Kavi" Lluís Salvador, professor de ioga Kundalini.
Lloc: Centre Cívic Cal Balsach. Ctra. Prats de Lluçanès, 2, Sabadell.

A SANT CUGAT DEL VALLÈS

TALLER DE PINTURA

DILLUNS TARDA

Dies 2 i 16
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.

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

DILLUNS TARDA

Dies 2, 9, 16, 23, 30
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.

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

