



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 MATI

Dies 3, 10, 17 i 24
10.00 - 11.30h.

1r GRUP

DIMECRES MATI

Dies 3, 10, 17 i 24
11.30 - 13.00h.

2n GRUP

DIMECRES TARDA

Dies 3, 10, 17 i 24
17.00 - 18.30h.

3r GRUP

DIMECRES TARDA

Dies 3, 10, 17 i 24
18.30 - 19.30h.

TALLER TAI TXI - TXI KUNG

DILLUNS MATI

Dies 1, 8, 15, 22 i 29
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'AUTO-CUIDAR-SE

DIJOUS MATI

Dies 4, 11, 18 i 25

"EL CUIDADO DE LA PELL EN ELS TRACTAMENTS ONCOLÒGICS"
A càrrec de **Aurora Tamayo, Núria Izquierdo**.
Coordinació: **Anna Vilamanyà**. Esteticistes oncològiques.
Prèvia derivació de Treball Social d'Oncolliga.



DISSABTE

Dia 20
19.00h.

CONCERT SOLIDARI A BENEFICI D'ONCOLLIGA

"nut Crackers"

Auditori Municipal de Terrassa

Carrer Miquel Vives, 2

Donatiu: **15 €uros**

Venda d'entrades: Carrer Salmerón, 100 de Terrassa

Telèfon: 93 736 14 34



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





ACTIVITATS PER A PACIENTS ONCOLÒGICS

A SABADELL

TALLER DE IOGA KUNDALINI

DIMARTS TARDA

Dies 2, 9, 16 i 23
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.

CONCERT SOLIDARI DE GOSPEL A BENEFICI D'ONCOLLIGA

DISSABTE

Dia 27
18.30h.

Coral "Bella Quirze Band"

Auditori de Cal Balsach - Centre Cívic de la Creu Alta
Carretera Prats de Lluçanès, 2 de Sabadell
Donatiu: **10 €uros**

Venda d'entrades: sabadell@oncolliga.cat
Telèfon: 685 989 212



A SANT CUGAT DEL VALLÈS

TALLER "LA DANSA, EXPRESSIÓ DEL COS I DE L'ÀNIMA"

DILLUNS TARDA

Dies 1 i 15
De 16.00 - 17.30h.

A càrrec de **Sandra Fradera**. Professora de ball.
Lloc: El Xalet Negre, Plaça del Coll, 4 - Sant Cugat del Vallès.

TALLER DE PINTURA

DILLUNS TARDA

Dies 1 i 15
De 17.30 - 19.00h.

"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.

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

