



## OCTUBRE 2016

### TERRASSA

**DILLUNS**  
3, 10, 17, 24 i 31

#### TALLER DE TAI TXI - TXI KUNG

"Un treball terapèutic i energètic de recerca de l'equilibri del cos i la ment".

A càrrec de **Francesc Sánchez**, fundador del Projecte Yüyán, membre de l'Associació Professional Espanyola de Naturopatia i Bioteràpia i de l'Associació Hispano-Xina de Taitxí. Prèvia derivació de Treball Social d'Oncolliga.

**HORARI:**  
de 10.00 a 11.30 h.

**DIMECRES**  
5, 19 i 26

#### CURS DE GESTIÓ DE L'ESTRÈS PER SOFROLOGIA

A càrrec de **Joan Enric Puig i Pauline Sala**.

Aprentatge de tècniques corporals i mentals per desenvolupar els recursos propis.

**SESSIÓ PRÈVIA**  
**HORARI:**  
de 10.00 a 11.30 h.

**1r GRUP**  
**HORARI:**  
d'11.30 a 13.00 h.

**2n GRUP**  
**HORARI:**  
de 17.00 a 18.30 h.

**3r GRUP**  
**HORARI:**  
de 18.30 a 19.30 h.

### DIA INTERNACIONAL DEL CÀNCER DE MAMA

Actes de sensibilització i conscienciació

#### DIMECRES 19 CONFERÈNCIA

"Prevenió del càncer de mama amb una vida saludable"

**HORARI:**  
a les 18.00 h.

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

#### DIVENDRES DIA 21 ACTIVITATS LÚDIQUES

A la Plaça Vella

**HORARI:**  
de 17.00 a 20.00 h.

Amb la col·laboració dels "Gegants de l'Antic poble de Sant Pere" i els "Bastoners de Terrassa", encesa d'espelmes, venda de samarretes, enlairament de globus,...

#### DIUMENGE DIA 23 3a CURSA DE LES DONES - TERRASSA

**HORARI:**  
A les 10.00 h.

Organitzada per l'Associació Esportiva Mitja Marató de Terrassa i l'Ajuntament de Terrassa.  
Lloc: Parc dels Catalans, Terrassa.  
Informació i inscripcions: [www.mitjaterassa.org](http://www.mitjaterassa.org)

### DIJOUS 27

#### CONFERÈNCIA:

"YOGA I MEDITACIÓ  
APLICAT AL PACIENT  
ONCOLÒGIC - TÈCNiques  
PER AL BENESTAR I  
L'EQUILIBRI"

A càrrec de **Mireia Coma-Cros**, professora de Yoga i Educadora Social.

**HORARI:**  
a les 18.00 h.

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](mailto:terrassa@oncolliga.cat) - [www.oncolliga.cat](http://www.oncolliga.cat)

## SABADELL

**DILLUNS**  
3, 10, 17, 24 i 31

### TALLER DE TAI TXI - TXI KUNG

"Un treball terapèutic i energètic de recerca de l'equilibri del cos i la ment"

A càrrec de **Francesc Sánchez**, fundador del Projecte Yüyán, membre de l'Associació Professional Espanyola de Naturopatia i Bioteràpia i de l'Associació Hispano-Xina de Taitxí. Prèvia derivació de Treball Social d'Oncolliga.  
**Lloc:** Centre Cívic Cal Balsach. Ctra. Prats de Lluçanès, 2 Sabadell.

**HORARI:**  
de 15.45 a 17.00 h.

**DIMARTS**  
4, 11, 18 i 25

### TALLER DE IOGA KUNDALINI

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.

**HORARI:**  
de 16.00 a 17.00 h.

## DIA INTERNACIONAL DEL CÀNCER DE MAMA

Actes de sensibilització i conscienciació

### DIUMENGE 16 ACTIVITATS LÚDIQUES

A la Plaça del Mercat

**HORARI:**  
de 10.00 a 14.00 h.

Taula informativa. Venda d'espelmes i samarretes. Encesa d'espelmes i altres activitats lúdiques per a tothom.

### DIMECRES 19 CONFERÈNCIA "Actualització dels tractaments del càncer de mama"

**HORARI:**  
a les 19.00 h.

A càrrec del **Dr. Ramón Florensa**, coordinador de la unitat de patologia mamària del Consorci Sanitari Parc Taulí, **Dra. Sandra Medina** i **Dra. Silvia Martínez**, membres de la Unitat de patologia mamària del Consorci Sanitari Parc Taulí.  
**Lloc:** Sala d'actes Centre Cívic Cal Balsach.

## SANT CUGAT DEL VALLÈS

**DILLUNS**  
3 i 17

### TALLER DE PINTURA

"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.

**HORARI:**  
de 16.30 a 18.00 h.

**DILLUNS**  
3 i 17

### TALLER BALL DE SEVILLANES

A càrrec de **Salomé Avilés**.  
**Lloc:** El Xalet Negre, Plaça del Coll, 4 Sant Cugat del Vallès.

**HORARI:**  
de 18.00 a 19.00 h.

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