



NOVEMBRE 2016

TERRASSA

DILLUNS
7, 14, 21 i 28

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 Yùyán, membre de l'Associació Professional Espanyola de Naturopatia i Bioteràpia i de l'Associació Hispano-Xina de Taitxi. Prèvia derivació de Treball Social d'Oncolliga.

HORARI:
de 10.00 a 11.30 h.

DIMECRES
2, 9, 16, 23 i 30

CURS DE GESTIÓ DE L'ESTRÈS PER SOFROLOGIA

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

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

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.

DIJOUS 17

CONFERÈNCIA AL CRL: “NOUS AVENÇOS PELS PACIENTS LARINGECTOMITZATS”

A càrrec de la Sra. **Elisabeth Peralvarez**, logopeda d'Atos Medical.
Lloc: Carrer Salmerón, 100 Terrassa.

HORARI:
a les 16.00 h.

DIJOUS
10, 17 i 24

TALLER DE YOGA i MEDITACIÓ

Tècniques per al benestar i l'equilibri.

A càrrec de **Mireia Coma-Cros**, professora de yoga i educadora social.
Lloc: Carrer Salmerón, 100 Terrassa.

HORARI:
a les 10.00 h.

DIJOUS 24

CONFERÈNCIA TALLER: PAUTES D'AUTOCUIDAR-SE

A càrrec de professionals en estètica oncològica de Natura Bissé.

HORARI:
de 11.00 a 12.30 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



NOVEMBRE 2016

SABADELL

DILLUNS
7, 14, 21 i 28

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 Yüyan, membre de l'Associació Professional Espanyola de Naturopatia i Bioteràpia i de l'Associació Hispano-Xina de Taitxi. 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
8, 15, 22 i 29

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.

SANT CUGAT DEL VALLÈS

DILLUNS
7 i 21

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
7 i 21

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