



MARÇ 2018

TERRASSA

DILLUNS
5, 12, i 19

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 Taitxi. Prèvia derivació de Treball Social d'Oncolliga.

HORARI:
de 10.00 a 11.00 h.

DIMECRES
7, 14, i 21

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 15 DE MARÇ

XERRADA - TALLER

ACO - Oncolliga

ACO

associació catalana
d'ostomitzats

“Recuperació de les seqüeles al sol pelvià després
d'un procés quirúrgic / oncològic”

A càrrec de: **Laia Blanco** i **Stéphanie Kauffmann**.
Centre RAPbarcelona Abdomino-Pelviana

HORARI: a les 18.00 h.

Lloc: Carer Salmerón, 100 Terrassa. OBERT A TOTHOM.

DIJOUS
1, 8, 15 i 22

TALLER DE YOGA i
MEDITACIÓ

Tècniques per al benestar i l'equilibri.

A càrrec de **Mireia Coma-Cros**, professora de yoga i educadora social.

HORARI:
a les 9.30 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



MARÇ 2018

SABADELL

DILLUNS
5, 12, i 19

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 12.00 a 13.00 h.

DIMARTS
6, 13, i 20

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.

RUBÍ

DILLUNS 5, 12, i 19

TALLER DE TXI KUNG

A càrrec de: Toni Pifarré
Lloc: Ateneu Municipal de Rubí,
Carrer Xile 1-3

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

HORARI: de 10.00 a 11.00 h.

DIMECRES 7, 14, i 21

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: Ateneu Municipal de Rubí, Carrer Xile, 1-3.

HORARI: de 12.00 a 13.00 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