



ABRIL 2018

TERRASSA

DILLUNS
9, 16, 23 i 30

TALLER DE
TAI TXI - TXI KUNG

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

HORARI:
de 10.00 a 11.00 h.

A càrrec de **Francesc Sánchez**, fundador del Projecte Yúyán, 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.

DIMECRES
4, 11, 18 i 25

CURS DE GESTIÓ
DE L'ESTRÉS PER
SOFROLOGIA

Aprentatge 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
5, 12, 19 i 26

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.

DIJOUS 19 D'ABRIL XERRADA - TALLER

“Benestar i qualitat de vida” **HORARI: a les 18.00 h.**

A càrrec de **Clàudia Massé**, psicooncòloga d'Oncolliga.

ACO
associació catalana
d'ostomitzats

DIMARTS 10 Centre de rehabilitació de laringectomitzats

CONFERÈNCIA: “Exercicis d'estiraments i relaxació dels muscles bucofonoiàtrics”

HORARI:
a les 16.00 h.

A càrrec de **Jaume Pérez**, logopeda d'Atos Medical.

Lloc: Carrer Salmeron, 100 Terrassa.

DIJOUS 26 **CONCERT DE PRIMAVERA**

A CÀRREC DE: LA CORAL “NOVES VEUS” del Centre de Rehabilitació de Laringectomitzats de Terrassa.

HORARI:
a les 16.30 h.

Lloc: Carrer Salmeron, 100 Terrassa.

DIMARTS 17

17a Desfilada
de peces de bany i llenceria

18.00h.

Desfilada de roba interior i vestits de bany per a dones operades de càncer de mama.

Lloc:
Carrer Salmerón, 100 Terrassa.

Amb la col·laboració de



Llie. M. Carme Espí Pumarola
Passeig 22 de juliol, 333
08225 Terrassa Tel: 93 735 95 45
PRÓTESIS MAMÀRIES



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



ABRIL 2018

SABADELL

DILLUNS
9, 16, 23 i 30

TALLER DE
TAI TXI - TXI KUNG

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

HORARI
de 12.00 a 13.00 h.

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 Taitxí. Prèvia derivació de Treball Social d'Oncolliga.
Lloc: Centre Cívic Cal Balsach. Ctra. Prats de Lluçanès, 2 Sabadell.

DIMARTS
3, 10, 17 i 24

TALLER DE IOGA
KUNDALINI

Basant-nos en aquest ioga i la meditació Zen, treballem els efectes sobre la ment i el cos.

HORARI:
de 16.00 a 17.00 h.

A càrrec de “Kavi” Lluís Salvador, professor de ioga Kundalini. **Lloc:** Centre Cívic Cal Balsach. Ctra. Prats de Lluçanès, 2 Sabadell.

DIJOUS
5, 12, 19 i 26

TALLER
D'ARTTERÀPIA

“L'objectiu de l'Arteràpia Antroposòfica, és reforçar la part saludable de la persona”

HORARI:
de 10.00 a 11.30 h.

A càrrec de **Ana Labazuy**, Artterapeuta. **Lloc:** Centre Cívic de Cal Balsach. Ctra. Prats de Lluçanès, 2 de Sabadell.

DIMECRES 4 XERRADA Marxa Nòrdica, un exercici fantàstic:

Un exercici fàcil de pràctica i assequible, per tothom.

En aquesta sessió informativa veurem com la Marxa Nòrdica és l'exercici ideal, que ens ajuda a la nostra recuperació i benestar. Coneixerem les seves característiques. Donarem un espai pel col·loqui en el que podrem formular tot tipus de preguntes i conèixer de primera mà les experiències i beneficis obtinguts.

HORARI:
a les 18.00 h.

A càrrec de **Xavier Puig i Asensio** PDG, Instructor de marxa Nòrdica per FENWA i INWA. **Lloc:** Centre Cívic Cal Balsach. Ctra. Prats de Lluçanès, 2 Sabadell.

RUBÍ

DILLUNS
9, 16, 23 i 30

TALLER DE
TXI KUNG

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

HORARI:
de 10.00 a 11.00 h.

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

DIMECRES
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.

HORARI:
de 12.00 a 13.00 h.

A càrrec de “Kavi” Lluís Salvador, professor de ioga Kundalini. **Lloc:** Ateneu Municipal de Rubí. Carrer Xile 1-3

SANT CUGAT DEL VALLÈS

DILLUNS
9, 16, 23 i 30

TALLER
DE PINTURA

“Les emocions a través de la pintura”.

HORARI:
de 17.00 a 19.00 h.

A càrrec de **Laura Sánchez**. Professora de pintura. **Lloc:** El Xalet Negre, Plaça del Coll, 4 Sant Cugat del Vallès.



oncolliga

Carrer Salmerón, 100 - 08222 Terrassa
Telf. 93 736 14 34

terrassa@oncolliga.cat - www.oncolliga.cat