



OCTUBRE 2018

TERRASSA

DIMECRES
3, 10, 17, 24 i 31

**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.

DIVENDRES
5, 19, 17 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.

DISSABTE 6

**COL-LABORACIÓ AMB L'ASSOCIACIÓ
SÍNDROME PHELAN-McDERMID**

HORARI:
de 10.00 a 13.00 h.

Lloc: Passeig del 22 de Juliol, 265 - carpa Recinte Firal de Terrassa

DILLUNS 8
PRESENTACIÓ
(8 sessions)

TALLER D'ARTTERÀPIA

A càrrec de Joana Demestres i Jimena Ibáñez, artterapèutes.

Següents sessions dilluns dies: 15, 22 i 29 d'octubre
5, 12, 19 i 26 de novembre

HORARI:
de 10.00 a 13.00 h.

Lloc: Carrer Salmerón, 100

Per a pacients oncològics en tractament de Terrassa. Places limitades, per ordre d'inscripció.

DIJOURS 18 D'OCTUBRE XERRADA - TALLER

"Marxem de viatge. Què necessitem?"

A càrrec de Sandra Arcusa Isabel Pascual i Meritxell Zaguirre, infermeres estomaterapèutes del CST.

HORARI: a les 18.00 h.

Lloc: Carrer Salmerón, 100

ACO
associació catalana
d'ostomitzats

DISSABTE 20 IV CONCURS DE PAELLES

Paella solidària, per a cada ticket es donarà 0,50 € a Oncolliga.

associació de
veïns i veïnes
la maurina

Maurina
COMERC
Boteguem per tu

HORARI: 11.00 h.

Lloc: La Maurina

DIA INTERNACIONAL DEL CÀNCER DE MAMA

Actes de sensibilització i conscienciació

DIMARTS 16 D'OCTUBRE 18.30 h.

Lectura dramatitzada del conte per a adults "La Bruna i la gorra de l'Unicorn", de la mà de l'actriu Conxi Ramírez.

Lloc: Carrer Salmerón, 100

DIJOURS 18 D'OCTUBRE 11.00 a 14.00 h.

Taules informatives i venda d'espelmes i braçalets solidaris.

Mercat Municipal de Sant Pere i Mercat de la Independència.

DIVENDRES 19 D'OCTUBRE 17:00 a 20:30 h

Taules informatives amb la col·laboració de voluntaris i professionals de la salut. Venda samarretes, mocadors, braçalets i espelmes solidàries. Globus per als nens. Actuació dels Bastoners de Terrassa i animació amb el xancler Makutu de la Companyia Filigranes.

Encesa d'espelmes "Avui, el rosa és el color de l'esperança".

Enlairament de globus i comiat.

Lloc: Plaça Vella



oncolliga
Fundació Lliga Catalana d'Ajuda Oncològica

Carrer Salmerón, 100 - 08222 Terrassa

Telf. 93 736 14 34

terrassa@oncolliga.cat - www.oncolliga.cat

SABADELL

DIJOUS
4, 11, 18 i 25

TALLER DE
TXI KUNG

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

HORARI:
de 16.00 a 17.00 h.

A càrrec de **Toni Pifarré**. Lloc: Centre Cívic Cal Balsach. Ctra. Prats de Lluçanès, 2 Sabadell.

DIMARTS
2, 9, 16, 23 i 30

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.

DIA INTERNACIONAL DEL CÀNCER DE MAMA

Actes de sensibilització i conscienciació

DIUMENGE 14 D'OCTUBRE
10.00 a 14.00 h.

Mercat solidari.
Venda de manualitats i espelmes solidàries.
Mercat Central de Sabadell

DIVENDRES 19 D'OCTUBRE 19.00 h.

Conferència: "El càncer de mama
al desnudo. Solucionando dudas".
A càrrec de la Dra. Sílvia Martínez-Herrada
Fernández.

Lloc: Auditori del Centre Cívic Creu Alta - Cal Balsach.

WR

El Corte Inglés
women race
#CorreContraElCancer

5K / SABADELL

21 OCTUBRE 2019 / 9:30h

No corres per
guanyar una cursa,
corres per vencer
una malaltia



DIUMENGE 21 D'OCTUBRE 9.30 h.
WOMEN RACE EL CORTE INGLÉS
EN BENEFICI D'ONCOLLIGA.

Les inscripcions es poden fer
presencialment a El Corte Inglés
de Sabadell o

www.womenraceelcorteingles.cat

Lloc: Eix Maçia de Sabadell.

RUBÍ

DILLUNS
1, 8, 15, 22 i 29

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
3, 10, 17, 24 i 31

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
1, 8, 15, 22 i 29

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.

DIVENDRES
5, 19, i 26

TALLER DE IOGA I
MEDITACIÓ

"Tècniques per al benestar i
l'equilibri".

HORARI:
de 09.30 a 11.00 h.

A càrrec de **Raquel Arroyo**. Professora de ioga. Lloc: El Xalet Negre, Plaça del Coll, 4 Sant Cugat del Vallès.

DIUMENGE 7

1ª CAMINADA SOLIDÀRIA
CEI CATALUNYA
(Club excursionista Independent).

Inscripcions:
<https://goo.gl/hpj82t>

Punt de sortida: Escola La Floresta (Camí de Can Pagan s/n - Sant Cugat del Vallès).



HORARI:
de 09.00 a 13.00 h.