



MAIG 2017

TERRASSA

DILLUNS 8, 15, 22 i 29

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 Taixí. Prèvia derivació de Treball Social d'Oncolliga.

HORARI:
de 10.00 a 11.30 h.

DIMECRES 3, 10, 17, 24 i 31

CURS DE GESTIÓ DE L'ESTRÈS 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 4, 11, 18 i 25

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 11

Cicle de conferències: “ACO-Oncolliga / Associació Catalana d'Ostomitzats

CONFERÈNCIA:

“Els nostres drets com a persones ostomitzades”.

A càrrec de **Josep Armengol**, assessor laboral.

Lloc: Carrer Salmerón, 100 Terrassa.

HORARI: a les 18.00 h.

DIMARTS 16

Taller de maquillatge **Corrector oncològic**

Consells útils per aquesta primavera,
a càrrec de **Núria Izquierdo**, esteticista oncològica.

HORARI:
de 10.00 a 12.30 h.

Lloc: Carrer Salmerón, 100 Terrassa.

Places limitades, es prega confirmació.

DIMARTS 23

TALLER: **Coaching de la salut** Activar-se per viure amb salut.

HORARI: 17.30 h.

A càrrec de **Montse Mateo**, psicòloga - recursos humans. **Lloc:** Carrer Salmerón, 100 Terrassa.

Totes les activitats realitzades a Oncolliga són gratuïtes. S'ha de confirmar assistència ja que són places limitades.



oncolliga

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

terrassa@oncolliga.cat - www.oncolliga.cat

SABADELL

DILLUNS 8, 15, 22, i 29

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 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. 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.

DIMECRES 10

Conferència:

"Prevenió del càncer des de l'alimentació".

A càrrec de **M. Josep Sebastià**,
màster en nutrició humana i composició d'aliments.
Directora del Postgrau d'Oncologia Integrativa.

HORARI:
de 19.00 h.

Lloc: Sala social del Club de Natació Sabadell. Centre Gran Via en el carrer Montcada, 2

SANT CUGAT DEL VALLÈS

DILLUNS 8, 15, 22 i 29

TALLER DE PINTURA

"Les emocions a través de la pintura". A càrrec de **Laura Sánchez**. Profesora de pintura.

Lloc: El Xalet Negre, Plaça del Coll, 4 Sant Cugat del Vallès.

HORARI: de 16.30 a 18.00 h.

RUBÍ

DIMECRES 17 i 31

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