

# CALENDARI MENSUAL DE KĀLIDA

E-Mail [kalida.santpau@fundaciokalida.org](mailto:kalida.santpau@fundaciokalida.org) • Telèfon: 935 537 930 • [www.fundaciokalida.org/a-casa/](http://www.fundaciokalida.org/a-casa/)

| Lunes  | Martes   | Miércoles  | Jueves  | Viernes   |
|--|--|--|---|---|
| <p><b>Pásate<sup>1</sup></b><br/>Diario<br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>* Sesión de Yoga Oncológico</b><br/>Semanal<br/>10:00 h– 10:55h<br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Curso de Yoga Oncológico</b><br/>4 Semanas<br/>11:00h- 11:55h<br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Curso "Te cuido, me cuido"</b><br/>Semanal<br/>12:15h – 13:45h<br/><b>21 sep – 2 nov</b></p> <p><b>* Taller de soporte en el "Trasplante de Médula Ósea"</b><br/>10:30h- 13:30h<br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Curso de Arteterapia</b><br/>Semanal<br/>17:00h – 19:00h<br/><b>14 sep- 14 dic</b></p> | <p><b>Pásate<sup>1</sup></b><br/>Diario<br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>* Sesión de Relajación</b><br/>Semanal<br/>09:00h – 10:00h<br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Sesión de Arteterapia</b><br/>Semanal<br/>10:30h – 12:30h<br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Curso de "Mindfulness"</b><br/>6 semanas<br/>12:00h – 14:00h<br/><b>22 sep -27 oct</b></p> <p><b>* Grupo: Hablemos del cáncer de mama</b><br/>16:30h – 17:30h<br/><b>8 sep</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Sesión Marcha Nordica</b><br/>Semanal<br/>17:00h – 18:30h<br/><a href="#">Inscríbete</a></p> | <p><b>Pásate<sup>1</sup></b><br/>Diario<br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>* Curso "Vivir bien con Estrés"</b><br/>6 semanas<br/>10:00h -12:00h<br/><b>16 sep -21 oct</b></p> <p><b>* Taller "Estoy de baja medica"</b><br/>12:00h – 14:00h<br/><b>16 sep</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller ¿Que puedo necesitar?Reorganización familiar"</b><br/>12:00h – 14:00h<br/><b>23 sep</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller "¿Que puedo necesitar?Cambios económicos"</b><br/>12:00h – 14:00h<br/><b>30 sep</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Grupo: Hablemos del cáncer de mama cronicado</b><br/>10:30h - 11:30h<br/><b>30 sep</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller "Muévete para cuidarte"</b><br/>Quincenal<br/>17:00h - 18:30h<br/><b>9 sep – cáncer mama</b><br/><b>23 sep- cáncer pulmón</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> | <p><b>Pásate<sup>1</sup></b><br/>Diario<br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>* Grupo de "Soporte Emocional"</b><br/>Semanal<br/>10:00h – 11:30h<br/><b>3 sep</b><br/><b>17 sep</b></p> <p><b>* Taller "Ponte en tu Piel"</b><br/>10:00h – 12:30h<br/><b>17 sep</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller "iCabezas al viento!"</b><br/>Mensual<br/>11:00h – 12:30h<br/><b>10 sep</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller "Cuidate durante el cáncer"</b><br/>11:30h - 13:30h<br/><b>17 sep</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> | <p><b>Pásate<sup>1</sup></b><br/>Diario<br/>8:30h – 15:00h</p> <p><b>* Sesión de Relajación</b><br/>Semanal<br/>10:00h – 11:00h<br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller "El Buen Dormir"</b><br/>Quincenal<br/>11:30h – 12:30h<br/><b>18 sep</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller de Nutrición "Comer Sano":</b><br/>Quincenal<br/>11:30h– 13:30h<br/><b>18 sep</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> |
| <p>Para ponerte en contacto con Kālida:<br/><a href="https://www.fundaciokalida.org/es/centros-kalida/sant-pau/">https://www.fundaciokalida.org/es/centros-kalida/sant-pau/</a><br/>937 377 808, opción 1<br/>8:30h – 17h<br/><a href="mailto:kalida.santpau@fundaciokalida.org">kalida.santpau@fundaciokalida.org</a></p>   |  |  |   | <p><small>1 = Sin cita previa</small></p> <p><small>*=Inscríbete entrando al enlace.</small></p> <p><small>*=Pásate y habla con las profesionales de Kālida para poder participar.</small></p>  |

# CALENDARI MENSUAL DE KĀLIDA

E-Mail [kalida.santpau@fundaciokalida.org](mailto:kalida.santpau@fundaciokalida.org) • Telèfon: 935 537 930 • [www.fundaciokalida.org/a-casa/](http://www.fundaciokalida.org/a-casa/)

| Dilluns   | Dimarts   | Dimecres   | Dijous   | Divendres  |
|---|---|--|--|--|
| <p><b>Apropa't<sup>1</sup></b><br/>Diari<br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>*Sessió de Ioga Oncològic</b><br/>Setmanal<br/>10:00h a 10:55h<br/><a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Curs de Ioga Oncològic</b><br/>Setmanal<br/>11:00h – 11:55h</p> <p><b>*Curs "Et cuida, em cuida"</b><br/>6 setmanes<br/>Setmanal<br/>12:15h – 13:45h<br/><b>21 set – 2 nov</b></p> <p><b>*Taller de suport al "Trasplantament de Medul·la Òssia"</b><br/>10:30h – 13:30h</p> <p><b>*Curs d'Arteràpia</b><br/>Setmanal<br/>17:00h – 19:00h<br/><b>14 set – 14 des</b></p> | <p><b>Apropa't<sup>1</sup></b><br/>Diari<br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>*Sessió de Relaxació</b><br/>Setmanal<br/>09:00h – 10:00h<br/><a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Sessió d'Arteràpia</b><br/>Setmanal<br/>10:30h – 12:30h<br/><a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Curs de "Mindfulness"</b><br/>6 setmanes<br/>12:00h – 14:00h<br/><b>22 set -27 oct</b></p> <p><b>*Grup: Parlem del càncer de mama</b><br/>16:30h – 17:30h<br/><b>8 sep</b></p> <p><b>*Sessió Marxa Nòrdica</b><br/>Setmanal<br/>17:00h – 18:30h</p> | <p><b>Apropa't<sup>1</sup></b><br/>Diari<br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>*Curs "Viure bé amb Estrés"</b><br/>6 setmanes<br/>10:00h -12:00h<br/><b>16 set -21 oct</b></p> <p><b>*Taller "Estic de baixa mèdica"</b><br/>12:00h – 14:00h<br/><b>16 set</b></p> <p><b>*Taller "Que puc necessitar? Reorganització familiar"</b><br/>12:00h – 14:00h<br/><b>23 set</b></p> <p><b>*Taller "Que puc necessitar? Canvis econòmics"</b><br/>12:00h – 14:00h<br/><b>30 set</b></p> <p><b>*Grup: Parlem del càncer de mama cronificat</b><br/>10:30h - 11:30h<br/><b>30 set</b></p> <p><b>*Taller "Mou-te per cuidar-te"</b><br/>Quinzenal<br/>17:00h - 18:30h<br/><b>9 set – càncer mama</b><br/><b>23 set- càncer pulmó</b></p> | <p><b>Apropa't<sup>1</sup></b><br/>Diari<br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>*Grup de "Suport Emocional"</b><br/>Setmanal<br/>10:00h – 11:30h<br/><b>3 set</b><br/><b>17 set</b></p> <p><b>*Taller de "Posa't a la teva pell"</b><br/>10:00h – 12:30h<br/><b>17 set</b></p> <p><b>*Taller "iCaps al vent!"</b><br/>Mensual<br/>11:00h – 12:30h<br/><b>10 set</b></p> <p><b>*Taller "Cuida't durant el càncer"</b><br/>11:30h - 13:30h<br/><b>17 set</b></p> | <p><b>Apropa't<sup>1</sup></b><br/>Diari<br/>8:30h – 15:00h</p> <p><b>*Sessió de Relaxació</b><br/>Setmanal<br/>10:00h – 11:00h<br/><a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Taller "El Bon Dormir"</b><br/>Quinzenal<br/>11:30h – 12:30h<br/><b>18 set</b></p> <p><b>*Taller de Nutrició "Menjar Sa"</b><br/>Quinzenal<br/>11:30h – 13:30h<br/><b>18 set</b></p> |
| <p>Per posar-te en contacte amb Kālida a casa:<br/><a href="https://www.fundaciokalida.org/centres-kalida/sant-pau/">https://www.fundaciokalida.org/centres-kalida/sant-pau/</a><br/>937 377 808, opció 1<br/>8:30h – 17h<br/><a href="mailto:kalida.santpau@fundaciokalida.org">kalida.santpau@fundaciokalida.org</a></p>  |   |  |  | <p>1 =Sense cita prèvia<br/>* =Inscriu-te a l'enllaç.<br/>* =Apropa't i parla amb les professionals de Kālida per poder participar.</p>  |