

# CALENDARI MENSUAL DE KĀLIDA

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

| Lunes  | Martes   | Miércoles  | Jueves  | Viernes  |
|--|--|--|---|--|
| <p><b>Pásate<sup>1</sup></b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>* Sesión de Yoga Oncológico</b><br/>Semanal/ <b>On-line</b><br/>10:00 h– 10:55h<br/><b>3 mayo - 31 mayo</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Curso de Yoga Oncológico</b><br/>4 Semanas/ <b>On-line</b><br/>11:00h- 11:55h<br/><b>3 mayo - 31 mayo</b></p> <p><b>* Grupo: Hablemos del cáncer de mama</b><br/>Mensual / <b>Presencial</b><br/>16:00h – 17:30h<br/><b>3 mayo</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller de soporte al "Trasplante de Médula Ósea"</b><br/>Mensual/ <b>On-line</b><br/>10:30h – 13:30h<br/><b>17 mayo</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Curso "Te cuido, me cuido"</b><br/>4 Semanas/ <b>On-line</b><br/>11:30h – 13:30h<br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Curso de Arteterapia</b><br/>Semanal/ <b>Presencial</b><br/>16:30h – 18:30h<br/><b>17 mayo - 26 julio</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> | <p><b>Pásate<sup>1</sup></b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>* Sesión de Relajación</b><br/>Semanal/ <b>On-line</b><br/>10:00h – 11:00h<br/><a href="#">Participación online</a></p> <p><b>* Sesión de Arteterapia</b><br/>Semanal /<b>On-line</b><br/>10:30h – 12:30h<br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Curso de "Mindfulness"</b><br/>6 semanas/ <b>Presencial</b><br/>11:30h – 13:30h<br/><b>27 abr – 1 jun</b><br/><a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>* Taller "Fisioterapia preventiva en cáncer de mama"</b><br/>Mensual / <b>Presencial</b><br/>16:00h - 18:00h<br/><b>18 mayo</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> | <p><b>Pásate<sup>1</sup></b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>* Curso "Vivir bien con Estrés"</b><br/>6 semanas/ <b>Presencial</b><br/>10:00h -12:00h<br/><b>5 mayo – 9 jun</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller "Estoy de baja médica"</b><br/>Mensual / <b>On-line</b><br/>12:00h – 14:00h<br/><b>12 mayo</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller "Recursos sociales durante el càncer"</b><br/>Mensual / <b>On-line</b><br/>12:00h – 14:00h<br/><b>19 mayo</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller "Muévete para cuidarte"</b><br/>Quincenal/ <b>On line</b><br/>16:00h - 17:30h<br/><b>5 mayo– cáncer pulmón</b><br/><b>19 mayo - cáncer mama</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Grupo: Hablemos del cáncer de mama cronificado</b><br/>Mensual / <b>Presencial</b><br/>10:30h - 12:00h<br/><b>26 mayo</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Curso "Y ahora qué?"</b><br/>7 setmanes / <b>Presencial</b><br/>17:00h – 19:30h<br/><b>21 abr – 2 jun</b></p> | <p><b>Pásate<sup>1</sup></b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>* Grupo de "Soporte Emocional"</b><br/>Quincenal<br/>10:00h – 11:30h<br/><b>13 mayo</b><br/><b>27 mayo</b></p> <p><b>* Taller "¡Cabezas al viento!"</b><br/>Mensual/ <b>On-line</b><br/>16:30h – 18:00h<br/><b>6 mayo</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller "Ponte en tu Piel"</b><br/>Mensual / <b>On-line</b><br/>10:30h – 12:30h<br/><b>20 mayo</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller de Nutrición "Comer Sano":</b><br/>Quincenal/ <b>On line</b><br/>11:30h– 13:30h<br/><b>6 mayo</b><br/><b>20 mayo</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Curso Marcha Nórdica</b><br/>4 Semanas/ <b>Presencial</b><br/>13:00h – 14:00h<br/><b>6 mayo – 27 mayo</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> | <p><b>Pásate<sup>1</sup></b><br/>8:30h – 15:00h</p> <p><b>* Sesión de Relajación</b><br/>Semanal/ <b>On-line</b><br/>10:00h – 11:00h<br/><a href="#">Participación online</a></p> <p><b>* Taller "Horticultura Social"</b><br/>Quincenal<br/>10:00h – 12:00h<br/><b>14 mayo</b><br/><b>28 mayo</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Taller "El Buen Dormir"</b><br/>Quincenal/ <b>On line</b><br/>11:30h – 13:00h<br/><b>14 mayo</b><br/><a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>* Sesión Marcha Nórdica</b><br/>Semanal<br/>12:00h – 13:30h<br/><a href="#">Inscríbete</a></p> |
| <p>Para ponerte en contacto con Kālida Sant Pau:<br/><a href="https://www.fundaciokalida.org/es/centros-kalida/sant-pau/">https://www.fundaciokalida.org/es/centros-kalida/sant-pau/</a><br/>935 537 930 , opción 1, 8:30h – 17h<br/><a href="mailto:kalida.santpau@fundaciokalida.org">kalida.santpau@fundaciokalida.org</a></p>  |  |  |   | <p>1 = Sin cita previa<br/>* =Inscríbete entrando al enlace.<br/>* =Pásate y habla con las profesionales de Kālida para poder participar.</p>  |

# CALENDARI MENSUAL DE KĀLIDA

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

| Dilluns   | Dimarts   | Dimecres  | Dijous   | Divendres   |
|---|---|---|--|---|
| <p><b>Apropa't<sup>1</sup></b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>*Sessió de Ioga Oncològic</b><br/>Setmanal / <b>On-line</b><br/>10:00h a 10:55h<br/><b>3 maig - 31 maig</b><br/><a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Curs de Ioga Oncològic</b><br/>4 setmanes / <b>On-line</b><br/>11:00h – 11:55h<br/><b>3 maig - 31 maig</b></p> <p><b>*Grup: Parlem del càncer de mama</b><br/>Mensual / <b>Presencial</b><br/>16:00h – 17:30h<br/><b>3 maig</b> <a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Taller de suport al "Trasplantament de Medul·la Òssia"</b><br/>Mensual/ <b>On-line</b><br/>10:30h – 13:30h<br/><b>17 maig</b> <a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Curs "Et cuido, em cuido"</b><br/>4 Setmanes/ <b>On-line</b><br/>11:30h – 13:30h<br/><b>Inscriu-te</b></p> <p><b>*Curs d'Arterèpia</b><br/>Setmanal/ <b>Presencial</b><br/>16:30h – 18:30h<br/><b>17 maig - 26 juliol</b><br/><b>Inscriu-te</b></p> | <p><b>Apropa't<sup>1</sup></b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>*Sessió de Relaxació</b><br/>Setmanal/ <b>On-line</b><br/>10:00h – 11:00h<br/><a href="#">Participació online</a></p> <p><b>*Sessió d'Arterèpia</b><br/>Setmanal / <b>On-line</b><br/>10:30h – 12:30h<br/><a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Curs de "Mindfulness"</b><br/>6 setmanes/ <b>Presencial</b><br/>11:30h – 13:30h<br/><b>27 abr – 1 juny</b><br/><b>Inscriu-te</b></p> <p><b>*Taller "Fisioteràpia preventiva en càncer de mama"</b><br/>Mensual / <b>Presencial</b><br/>16:00h - 18:00h<br/><b>18 maig</b><br/><b>Inscriu-te</b></p> | <p><b>Apropa't<sup>1</sup></b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>*Curs "Viure bé amb Estrés"</b><br/>6 setmanes/ <b>Presencial</b><br/>10:00h -12:00h<br/><b>5 maig – 9 juny</b><br/><b>Inscriu-te</b></p> <p><b>*Taller "Estic de baixa mèdica"</b><br/>Mensual / <b>On-line</b><br/>12:00h – 14:00h<br/><b>12 maig</b> <a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Taller "Recursos socials davant el càncer"</b><br/>Mensual / <b>On-line</b><br/>12:00h – 14:00h<br/><b>19 maig</b> <a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Taller "Mou-te per cuidar-te"</b><br/>Quinzenal / <b>On-line</b><br/>16:00h - 17:30h<br/><b>5 maig – càncer pulmó</b><br/><b>19 maig - càncer mama</b><br/><a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Grup: Parlem del càncer de mama cronificat</b><br/>Mensual / <b>Presencial</b><br/>10:30h - 12:00h<br/><b>26 maig</b> <a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Curs "I ara què?"</b><br/>7 setmanes / <b>Presencial</b><br/>17:00h – 19:30h<br/><b>21 abr – 2 juny</b></p> | <p><b>Apropa't<sup>1</sup></b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>*Grup de "Suport Emocional"</b><br/>Quinzenal<br/>10:00h – 11:30h<br/><b>13 maig</b><br/><b>27 maig</b></p> <p><b>*Taller "Caps al vent!"</b><br/>Mensual / <b>On-line</b><br/>16:30h – 18:00h<br/><b>6 maig</b> <a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Taller de "Posa't a la teva pell"</b><br/>Mensual / <b>On-line</b><br/>10:30h – 12:30h<br/><b>20 maig</b> <a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Taller de Nutrició "Menjar Sa"</b><br/>Quinzenal / <b>On-line</b><br/>11:30h – 13:30h<br/><b>6 maig</b><br/><b>20 maig</b><br/><a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Curs Marxa Nòrdica</b><br/>4 Setmanes/ <b>Presencial</b><br/>13:00h – 14:00h<br/><b>6 maig – 27 maig</b><br/><b>Inscriu-te</b></p> | <p><b>Apropa't<sup>1</sup></b><br/>8:30h – 15:00h</p> <p><b>*Sessió de Relaxació</b><br/>Setmanal/ <b>On-line</b><br/>10:00h– 11:00h<br/><a href="#">Participació online</a></p> <p><b>*Taller "Horticultura Social"</b><br/>Quinzenal<br/>10:00h – 12:00h<br/><b>14 maig</b><br/><b>28 maig</b><br/><b>Inscriu-te</b></p> <p><b>*Taller "El Bon Dormir"</b><br/>Quinzenal / <b>On-line</b><br/>11:30h – 13:00h<br/><b>14 maig</b> <a href="#">Inscriu-te</a></p> <p><b>*Sessió Marxa Nòrdica</b><br/>Setmanal<br/>12:00h – 13:30h<br/><a href="#">Inscriu-te</a></p> |
| <p>Per posar-te en contacte amb Kāilda Sant Pau:<br/><a href="https://www.fundaciokalida.org/es/centros-kalida/sant-pau/">https://www.fundaciokalida.org/es/centros-kalida/sant-pau/</a><br/>935 537 930, opció 1, 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 Kāilda pr poder participar.</p>  |