

CALENDARI MENSUAL DE KĀLIDA

E-Mail kalida.santpau@fundaciokalida.org • Telèfon: 935 537 930 • www.fundaciokalida.org

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Pásate¹ 8:30h – 17:00h</p> <p>* Sesión de Yoga Oncológico Semanal/ Presencial 10:00h– 10:55h 6, 13, 20 y 27 sep Inscríbete</p> <p>* Curso de Yoga Oncológico 4 Semanas/ Presencial 11:00h- 11:55h 20 sep – 18 oct Inscríbete</p> <p>* Taller de soporte al "Trasplante de Médula Ósea" Mensual/ On-line 10:30h – 13:30h 20 sep – Autotrasplante Inscríbete</p> <p>* Grupo: Hablemos del cáncer de mama Mensual / Presencial 16:00h – 17:30h 13 sep Inscríbete</p> <p>* Curso de Arteterapia Semanal/ Presencial 16:30h – 18:30h 23 sep – 9 dic Inscríbete</p>	<p>Pásate¹ 8:30h – 17:00h</p> <p>* Sesión de Relajación Semanal/ Híbrido 10:00h – 11:00h Participación online Inscríbete presencial</p> <p>* Sesión de Arteterapia Semanal / Presencial 11:30h – 13:30h Inscríbete</p> <p>* Curso de "Mindfulness" 6 semanas/ Presencial 11:30h – 13:30h 7 sep – 19 oct Inscríbete</p>	<p>Pásate¹ 8:30h – 17:00h</p> <p>* Curso "Vivir bien con Estrés" 6 semanas/ Presencial 10:00h -12:00h 15 sep – 20 oct Inscríbete</p> <p>* Taller "Muévete para cuidarte" Quincenal/ Presencial 10:00h – 11:30h 22 sep Inscríbete</p> <p>* Grupo: Hablemos del cáncer de mama cronicado Mensual / Presencial 10:30h - 12:00h 29 sep Inscríbete</p> <p>* Taller "Estoy de baja médica" Mensual / Presencial 12:00h – 14:00h 15 sep Inscríbete</p> <p>* Taller "Recursos sociales durante el cáncer" Mensual / Presencial 12:00h – 14:00h 22 sep Inscríbete</p> <p>* Curso "¿Y ahora qué?" 7 setmanes / Presencial 17:00h – 19:30h 20 oct – 1 dic</p>	<p>Pásate¹ 8:30h – 17:00h</p> <p>* Grupo de "Soporte Emocional" Quincenal/ Presencial 10:00h – 11:30h 16 sep 30 sep</p> <p>* Taller "¡Cabezas al viento!" Mensual/ Presencial 11:00h – 12:30h 9 sep Inscríbete</p> <p>* Taller "Ponte en tu Piel" Mensual / Presencial 10:30h – 12:30h 23 sep Inscríbete</p> <p>* Taller de Nutrición "Comer Sano": Quincenal/ Híbrido 11:30h – 13:30h 9 sep 23 sep Inscríbete</p> <p>* Curso Marcha Nórdica 4 Semanas/ Presencial 9:00h – 10:00h 9 sep – 30 sep Inscríbete</p>	<p>Pásate¹ 8:30h – 15:00h</p> <p>* Sesión de Relajación Semanal/ Híbrido 10:00h – 11:00h Participación online Inscríbete presencial</p> <p>* Taller "Horticultura Social" 10:00h – 12:00h 10 sep y 17 sep Inscríbete</p> <p>* Taller "El Buen Dormir" Quincenal/ Presencial 11:30h – 13:00h 17 sep Inscríbete</p> <p>* Sesión Marcha Nórdica Semanal 09:00h – 10:30h Inscríbete</p>
				<p>1 = Sin cita previa</p> <p>*=Inscríbete entrando al enlace.</p> <p>*=Pásate y habla con las profesionales de Kālida para poder participar.</p> <p>Híbrido= Online / Presencial</p>

CALENDARI MENSUAL DE KĀLIDA

E-Mail kalida.santpau@fundaciokalida.org • Telèfon: 935 537 930 • www.fundaciokalida.org

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>Apropa't¹ 8:30h – 17:00h</p> <p>*Sessió de Ioga Oncològic Setmanal / Presencial 10:00h a 10:55h 6, 13, 20 i 27 set Inscriu-te</p> <p>*Curs de Ioga Oncològic 4 setmanes / Presencial 11:00h – 11:55h 20 set – 18 oct Inscribete</p> <p>*Taller de suport al "Trasplantament de Medul·la Òssia" Mensual / On-line 10:30h – 13:30h 20 sep – Autotrasplant Inscriu-te</p> <p>*Grup: Parlem del càncer de mama Mensual / Presencial 16:00h – 17:30h 13 sep Inscriu-te</p> <p>*Curs d'Arterèpia Setmanal / Presencial 16:30h – 18:30h 23 set – 9 des Inscriu-te</p>	<p>Apropa't¹ 8:30h – 17:00h</p> <p>*Sessió de Relaxació Setmanal / Híbrid 10:00h – 11:00h Participació online Inscriu-te presencial</p> <p>*Sessió d'Arterèpia Setmanal / Presencial 11:30h – 13:30h Inscriu-te</p> <p>*Curs de "Mindfulness" 6 setmanes / Presencial 11:30h – 13:30h 7 set – 19 oct Inscriu-te</p>	<p>Apropa't¹ 8:30h – 17:00h</p> <p>*Curs "Viure bé amb Estrés" 6 setmanes / Presencial 10:00h -12:00h 15 set – 20 oct Inscriu-te</p> <p>*Taller "Mou-te per cuidar-te" Quinzenal / Presencial 10:00h - 11:30h 22 sep Inscriu-te</p> <p>*Grup: Parlem del càncer de mama cronificat Mensual / Presencial 10:30h - 12:00h 29 sep Inscriu-te</p> <p>*Taller "Estic de baixa mèdica" Mensual / Presencial 12:00h – 14:00h 15 set Inscriu-te</p> <p>*Taller "Recursos socials davant el càncer" Mensual / Presencial 12:00h – 14:00h 22 set Inscriu-te</p> <p>*Curs "I ara què?" 7 setmanes / Presencial 17:00h – 19:30h 20 oct – 1 des</p>	<p>Apropa't¹ 8:30h – 17:00h</p> <p>*Grup de "Suport Emocional" Quinzenal / Presencial 10:00h – 11:30h 16 sep 30 sep</p> <p>*Taller "Caps al vent!" Mensual / Presencial 11:00h – 12:30h 9 set Inscriu-te</p> <p>*Taller de "Posa't a la teva pell" Mensual / Presencial 10:30h – 12:30h 23 set Inscriu-te</p> <p>*Taller de Nutrició "Menjar Sa" Quinzenal / Presencial 11:30h – 13:30h 9 sep 23 sep Inscriu-te</p> <p>*Curs Marxa Nòrdica 4 Setmanes / Presencial 9:00h – 10:00h 9 sep – 30 sep Inscriu-te</p>	<p>Apropa't¹ 8:30h – 15:00h</p> <p>*Sessió de Relaxació Setmanal / Híbrid 10:00h– 11:00h Participació online Inscriu-te presencial</p> <p>*Taller "Horticultura Social" 10:00h – 12:00h 10 set i 17 set Inscriu-te</p> <p>*Taller "El Bon Dormir" Quinzenal / Presencial 11:30h – 13:00h 17 sep Inscriu-te</p> <p>*Sessió Marxa Nòrdica Setmanal 09:00h – 10:30h Inscriu-te</p>
				<p>1 =Sense cita prèvia * =Inscriu-te a l'enllaç. * =Apropa't i parla amb les professionals de Kāilda per a poder participar. Híbrid= On-line / Presencial</p>