

## CALENDARIO MENSUAL E KĀLIDA

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>Pásate<sup>1</sup></b> 8:30h – 17:00h</p> <p><b>Taller "El Buen Dormir"</b> Quincenal/ <b>On-line</b> 10:30h – 12:00h <b>21 Febrero</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Taller de soporte al "Trasplante de Médula Ósea"</b> Mensual/ <b>On-line</b> 10:30h – 13:30h <b>14 Febrero– Alo</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Curso "Te cuido, me cuido"</b> 4 Semanas/ 11:30h – 13:30h <b>Prox. 7 – 28 Marzo/ On-line</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Grupo: Hablemos del cáncer de mama</b> Mensual / 16:00h – 17:30h <b>7 Febrero / On-line</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Curso de Arteterapia</b> 12 Semanas/ 16:30h – 18:30h <b>24 Ene – 11 Abr</b> <b>Inscríbete en Kālida</b></p>	<p><b>Pásate<sup>1</sup></b> 8:30h – 17:00h</p> <p><b>Sesión de Relajación</b> Semanal/ <b>Híbrido</b> 10:00h – 11:00h <a href="#">Inscríbete</a> <a href="#">Participación online</a></p> <p><b>Sesión de Arteterapia</b> Semanal / <b>On-line</b> 11:30h – 13:30h <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Curso de "Mindfulness"</b> 6 semanas/11:30h – 13:30h <b>Próximo curso en Marzo</b> <b>Inscríbete en Kālida</b></p> <p><b>Taller "Fisioterapia preventiva en cáncer de mama"</b> Mensual / 16:30h - 18:30h <b>22 Febrero / On-line</b> <a href="#">Inscríbete</a></p>	<p><b>Pásate<sup>1</sup></b> 8:30h – 17:00h</p> <p><b>Curso "Vivir bien con Estrés"</b> 6 semanas/ 10:00h -12:00h <b>Prox. 9 Marzo – 13 Abril</b> <b>Inscríbete en Kālida</b></p> <p><b>Taller "Fisioterapia oncológica"</b> Quincenal/ 10:00h - 11:30h <b>9, 23 Febrero / On-line</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Grupo: Hablemos del cáncer de mama cronificado</b> Mensual / 10:30h - 12:00h <b>23 Febrero / On-line</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>"Taller "Estoy de baja médica"</b> Mensual /12:00h – 14:00h <b>16 Feb/ On-line</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Taller "Recursos sociales durante el cáncer"</b> Mensual /12:00h – 14:00h <b>23 Feb/ On-line</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Curso "¿Y ahora qué?"</b> 7 setmanes /16:00h – 18:30h <b>2 Feb -16 Mar</b> <b>Inscríbete en Kālida</b></p> <p><b>Curso Ejercicio suave: Método Feldenkrais</b> 4 semanas / 16:30h – 17:30h <b>2-23 Febrero Presencial</b> <a href="#">Inscríbete</a></p>	<p><b>Pásate<sup>1</sup></b> 8:30h – 17:00h</p> <p><b>Grupo de "Soporte Emocional"</b> Quincenal/ 10:00h – 11:30h <b>10 y 24 Feb</b> <b>Inscríbete en Kālida</b></p> <p><b>Taller de "Cabezas al viento"</b> Quincenal / 10:00 – 12:00h <b>3 Febrero / On-line</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Taller "Ponte en tu Piel"</b> Mensual / 10:30h – 12:30h <b>17 Febrero On-line</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Taller de Nutrición "Comer Sano":</b> Quincenal/ <b>On-line</b> 11:30h– 13:30h <b>10, 24 Febrero</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Curso Marcha Nórdica</b> 4 Semanas/13:00h – 14:00h <b>3- 24 Febrero Presencial</b> <b>Inscríbete en Kālida</b></p>	<p><b>Pásate<sup>1</sup></b> 8:30h – 15:00h</p> <p><b>Sesión de Relajación</b> Semanal/ <b>Híbrido</b> 10:00h – 11:00h <a href="#">Inscríbete</a> <a href="#">Participación online</a></p> <p><b>Sesión "Horticultura Social"</b> 10:30h – 12:00h <b>4 y 18 Febr</b> <b>Inscríbete en Kālida</b></p> <p><b>Sesión Yoga Oncológico</b> Semanal/ 11:30h– 12:30h <b>11, 18, 25 Febrero / On-line</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Curso de Yoga Oncológico</b> 4 Semanas/12:30h- 13:30h <b>11 Feb- 4 Mar / On-line</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <p><b>Sesión Marcha Nórdica</b> Semanal/ 11:30h – 13:00h <b>4, 11, 18, 25 Feb Presencial</b> <a href="#">Inscríbete</a></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><b>"Un café con la Dra. Teresa Ramon y Cajal"</b> Anual / <b>Híbrido</b> 11:30h – 12:30h <b>4 Febrer</b> <a href="#">Participación Online</a></p> <p><a href="#">Inscríbete presencial</a></p> </div>
				<p>-----</p> <p>1 = Sin cita previa</p> <p><b>Híbrido</b>= Online / Presencial</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> 8:30h – 17:00h</p> <p><b>Taller "El Bon Dormir"</b> Quinzenal / <b>On-line</b> 10:30h – 12:00h <b>21 Febrer <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Taller de suport al "Trasplantament de Medul·la Òssia"</b> Mensual / <b>On-line</b> 10:30h – 13:30h <b>14 Feb Alo <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Curs "Et cuido, em cuido"</b> 4 Setmanes/ 11:30h – 13:30h <b>Prox. 7 – 28 Març/ On-line <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Grup: Parlem del càncer de mama</b> Mensual / 16:00h – 17:30h <b>7 Febrer /On-line <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Curs d'Artteràpia</b> 12 Setmanes/ 16:30h – 18:30h <b>24 Gen – 11 Abr <a href="#">Inscriu-te a Kālida</a></b></p>	<p><b>Apropa't<sup>1</sup></b> 8:30h – 17:00h</p> <p><b>Sessió de Relaxació</b> Setmanal/ <b>Híbrid</b> 10:00h-11:00h <b><a href="#">Inscriu-te Participació online</a></b></p> <p><b>Sessió d'Artteràpia</b> Setmanal / <b>On-line</b> 11:30h – 13:30h <b><a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Curs de "Mindfulness"</b> 6 setmanes/11:30h-13:30h <b>Proper curs Març <a href="#">Inscriu-te a Kālida</a></b></p> <p><b>Taller "Fisioteràpia preventiva en càncer de mama"</b> Mensual / 16:30h - 18:30h <b>22 Febrer On-line <a href="#">Inscriu-te</a></b></p>	<p><b>Apropa't<sup>1</sup></b> 8:30h – 17:00h</p> <p><b>Curs "Viure bé amb Estrés"</b> 6 setmanes/ 10:00h -12:00h <b>Prop. 9 Març – 13 Abril <a href="#">Inscriu-te a Kālida</a></b></p> <p><b>Taller "Fisioteràpia oncològica"</b> Quinzenal / 10:00h - 11:30h <b>9, 23 Febrer On-line <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Grup: Parlem del càncer de mama cronificat</b> Mensual / 10:30h - 12:00h <b>23 Febrer/ On-line <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Taller "Estic de baixa mèdica"</b> Mensual / 12:00h – 14:00h <b>16 Febr/ On-line <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Taller "Recursos socials davant el càncer"</b> Mensual / 12:00h – 14:00h <b>23 Febr/ On-line <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Curs "I ara què?"</b> 7 setmanes /16:00h – 18:30h <b>Proper inici 2 Feb -16 Març</b></p> <p><b>Curs Exercici suau: Mètode Feldenkrais</b> 4 setmanes / 16:30h – 17:30h <b>2-23 Febrer Presencial <a href="#">Inscriu-te</a></b></p>	<p><b>Apropa't<sup>1</sup></b> 8:30h – 17:00h</p> <p><b>Grup de "Suport Emocional"</b> Quinzenal/ 10:00h – 11:30h <b>10 i 24 Feb <a href="#">Inscriu-te a Kālida</a></b></p> <p><b>Taller de "Caps al vent"</b> Mensual / 10:00 – 12:00h <b>3 Febrer/On-line <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Taller de "Posa't a la teva pell"</b> Mensual / 10:30h – 12:30h <b>17 Febrer On-line <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Taller de Nutrició "Menjar Sa"</b> Quinzenal / <b>On-line</b> 11:30h – 13:30h <b>10, 24 Febrer <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Curs Marxa Nòrdica</b> 4 Setmanes/ 13:00h – 14:00h <b>3- 24 Febrer Presencial <a href="#">Inscriu-te a Kālida</a></b></p>	<p><b>Apropa't<sup>1</sup></b> 8:30h – 15:00h</p> <p><b>Sessió de Relaxació</b> Setmanal/ <b>Híbrid</b> 10:00h-11:00h <b><a href="#">Inscriu-te Participació online</a></b></p> <p><b>Sessió "Horticultura Social"</b> 10:30h – 12:00h <b>4 i 18 Feb <a href="#">Inscriu-te a Kālida</a></b></p> <p><b>Sessió Ioga Oncològic</b> Setmanal / 11:30h - 12:30h <b>11, 18, 25 Febrer / On-line <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Curs de Ioga Oncològic</b> 4 setmanes / 12:30h – 13:30h <b>11 Feb- 4 Mar / On-line <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <p><b>Sessió Marxa Nòrdica</b> Setmanal 11:30h – 13:00h <b>4, 11, 18, 25 Feb Presencial <a href="#">Inscriu-te</a></b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><b>"Un cafè amb la Dra. Teresa Ramon y Cajal"</b> Anual / <b>Híbrid</b> 11:30h – 12:30h <b>4 Febrer <a href="#">Participación Online</a></b></p> <p><b><a href="#">Inscríbete presencial</a></b></p> </div>
				<p>1 = Sense cita prèvia</p> <p><b>Híbrid</b>= Online / Presencial</p>

CALENDARIO MENSUAL E **KĀLIDA**

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