

# CALENDARIO MENSUAL DE 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</b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>Sesión Yoga Oncológico</b><br/>Semanal/ 10:00h -11:00h<br/><b>1, 8, 15 y 22 julio • Pásate</b></p> <p><b>Sesión EXTRA Yoga Oncológico</b><br/>Semanal/ 11:00h -12:00h<br/><b>15 y 22 julio • Pásate</b></p> <p><b>Encuentro grupo Cáncer de mama</b><br/>Mensual /12:00h – 13:30h<br/><b>1 julio • Pásate</b></p> <p><b>Sexualidad en cáncer, abierto a parejas (F)</b><br/>12:30h - 14h<br/><b>8 julio</b></p> <p><b>Grupo Soporte Cuidadores</b><br/>11:30 – 13:00h / <b>Presencial</b><br/><b>15 julio</b></p> | <p><b>Pásate</b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>Sesión de Relajación (F)</b><br/>Semanal/ <b>Híbrido</b><br/>10:00h – 11:00h<br/><b>Pásate</b></p> <p><b>Sesión "Marcha Nórdica" (F)</b><br/><b>Volvemos en septiembre</b></p> <p><b>Sesión "Pilates"</b><br/><b>Volvemos en septiembre</b></p> <p><b>Sesión de Arteterapia (F)</b><br/>Semanal /11:30h – 13:30h<br/><b>Pásate</b></p> <p><b>Taller "Sombra aquí, sombra allá"</b><br/>17:00h – 18:30h<br/><b>9 julio</b></p> | <p><b>Pásate</b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>Taller "Habilidades sociales y comunicativas"</b><br/>12:00h – 14:00h • <b>3 julio</b></p> <p><b>Encuentro Grupo Cáncer Pulmón</b><br/>Mensual /12:00h – 13:30h<br/><b>10 julio • Pásate</b></p> <p><b>Taller "Fisioterapia cáncer mama": sesión de seguimiento</b> 10:00h - 11:30h • <b>10 julio</b></p> <p><b>Taller "Fisioterapia oncológica"</b><br/>Bimensual/ 10:00h - 11:30h<br/><b>17 julio</b></p> <p><b>Taller "Estoy de baja médica"</b><br/>Mensual /12:00h – 14:00h<br/><b>17 julio</b></p> <p><b>Sesión Qi Gong</b><br/>Mensual / 10:30h – 11:30h<br/><b>10 y 24 julio • Pásate</b></p> <p><b>Encuentro grupo Cáncer de mama metastásico</b><br/>Mensual / 12:00h - 13:30h<br/><b>17 julio • Pásate</b></p> | <p><b>Pásate</b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>Taller "Protección solar"</b><br/>Estacional / 10:30h – 12:30h<br/><b>4 julio</b></p> <p><b>Grupo Soporte Cáncer Metastásico</b><br/>Mensual/ 10:00h – 11:30h<br/><b>11 julio • Pásate</b></p> <p><b>Taller de Nutrición "Comer Sano" (F)</b> 11:30-13:30h/<br/>Quincenal<br/><b>11 y 25 julio</b></p> <p><b>Sesión de Mindfulness (F)</b><br/>Mensual/ 10:00h – 11:30h<br/><b>18 julio • Pásate</b></p> <p><b>Taller "Ponte en tu Piel"</b><br/>Mensual / 10:30h – 12:30h<br/><b>18 julio</b></p> <p><b>Taller "Discapacidad"</b><br/>Bimensual /12:00h – 14:00h<br/><b>18 julio</b></p> | <p><b>Pásate</b><br/>8:30h – 15:00h</p> <p><b>Sesión de Relajación (F)</b><br/>Semanal/ <b>Híbrido</b><br/>10:00h – 11:00h<br/><b>Pásate</b></p> <p><b>Taller "Horticultura Social"</b><br/>09:30h – 11:00h Semanal /<br/><b>Pásate</b></p> <p><b>Encuentro grupo cáncer de próstata (F)</b><br/>11:30h-13:00h • <b>12 julio</b></p> <p><b>Taller "El Buen Dormir" (F)</b><br/>Mensual / 12:00h – 13:30h<br/><b>26 julio</b></p> <p><b>Taller "Orientación sobre ayudas sociales" (F)</b><br/>Mensual /12:00h – 14:00h/<br/><b>19 julio</b></p> |
| <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; background-color: #f4a460; padding: 10px; text-align: center;"> <p><b>Café con Dra. Martínez responsable de la Unidad de Cuidados Paliativos</b></p> <p><b>8 Julio</b><br/>12:00-13:00</p> <p>Híbrido</p> </div>  | <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; background-color: #f4a460; padding: 10px; text-align: center;">  <p><b>Horario Agosto</b><br/><b>Lunes a Viernes</b><br/><b>8 :30h a 15 :00h</b></p>  </div>  |   | <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; background-color: #f4a460; padding: 10px; text-align: center;">  <p><b>Día de los Peques</b></p> <p><b>Sábado 6 de julio</b></p> </div>  | <p><b>Pásate</b> = Sin cita previa<br/><b>Híbrido</b>= Online / Presencial<br/><b>F</b>= Actividades también para familiares</p> <p style="text-align: center;"><b>INSCRIPCIONES A TRAVÉS DE LA WEB</b></p> <div style="text-align: center;">  </div>  |

# 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</b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>Sessió Ioga Oncològic</b><br/>Setmanal / 10:00h–11:00h<br/><b>1, 8, 15 i 22 • juliol</b><br/><b>Apropa't</b></p> <p><b>Sessió EXTRA Ioga Oncològic</b><br/>Setmanal / 11:00h–12:00h<br/><b>15 i 22 • juliol</b><br/><b>Apropa't</b></p> <p><b>Trobada grup de Càncer de mama</b><br/>Mensual / 12:00h – 13:30h<br/><b>1 juliol • Apropa't</b></p> <p><b>Sexualitat en càncer (obert a parelles)(F)</b><br/>12:30h - 14h • <b>8 juliol</b></p> <p><b>Grup Suport Cuidadors</b><br/>11:30 – 13:00h / <b>Presencial</b><br/><b>15 juliol</b></p> | <p><b>Apropa't</b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>Sessió de Relaxació (F)</b><br/>Setmanal/ <b>Híbrid</b><br/>10:00h-11:00h<br/><b>Apropa't</b></p> <p><b>Sessió Marxa Nòrdica (F)</b><br/><b>Reprenem al Setembre</b></p> <p><b>Sessió Pilates</b><br/><b>Reprenem al Setembre</b></p> <p><b>Curs de "Mindfulness"(F)</b><br/>6 setmanes/11:30h– 13:30h<br/><b>18 juny – 23 juliol</b></p> <p><b>Sessió d'Arteràpia (F)</b><br/>11:30h – 13:30h<br/>Setmanal • <b>Apropa't</b></p> <p><b>Taller "Ombra aquí, ombra allà"</b><br/>17:00h – 18:30h • <b>9 juliol</b></p> | <p><b>Apropa't</b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>Taller "Habilitats socials i comunicatives"</b><br/>12:00h - 14:00h <b>3 juliol</b></p> <p><b>Trobada grup de Càncer de pulmó</b><br/>Mensual /12:00h – 13:30h<br/><b>10 juliol • Apropa't</b></p> <p><b>Taller "Fisioteràpia en càncer de mama":seguiment</b> Mensual<br/>10:00h-11:30h <b>10 juliol</b></p> <p><b>Taller "Fisioteràpia oncològica"</b><br/>Bimensual/ 10:00h - 11:30h<br/><b>17 juliol</b></p> <p><b>Taller "Estic de baixa mèdica"</b><br/>Mensual / 12:00h – 14:00h <b>17 juliol</b></p> <p><b>Sessió Qi Gong</b><br/>Mensual / 10:30h – 11:30h<br/><b>10 i 24 juliol Apropa't</b></p> <p><b>Trobada grup de Càncer de mama metastàtic</b><br/>Mensual 12:00h - 13:30h<br/><b>17 juliol • Apropa't</b></p> | <p><b>Apropa't</b><br/>8:30h – 17:00h</p> <p><b>Taller "Protecció solar"</b><br/>Estacional / 10:30h – 12:30h<br/><b>4 juliol</b></p> <p><b>Grup Suport Càncer Metastàtic</b><br/>Mensual/ 10:00h – 11:30h<br/><b>11 juliol • Apropa't</b></p> <p><b>Taller de Nutrició "Menjar Sa" (F)</b><br/>Quinzenal/11.30-13.30h<br/><b>11 i 25 juliol</b></p> <p><b>Sessió de Mindfulness (F)</b><br/>Mensual/ 10:00h – 11:30h<br/><b>18 juliol • Apropa't</b></p> <p><b>Taller de "Posa't a la teva pell"</b><br/>Mensual / 10:30h – 13:20h<br/><b>18 juliol</b></p> <p><b>Taller "Discapacitat"</b><br/>Bimensual /12:00h – 14:00h<br/><b>18 juliol</b></p> | <p><b>Apropa't</b><br/>8:30h – 15:00h</p> <p><b>Sessió de Relaxació (F)</b><br/>Setmanal/ <b>Híbrid</b><br/>10:00h-11:00h<br/><b>Apropa't</b></p> <p><b>Sessió "Horticultura Social"</b><br/>09:30h – 11:00h<br/>Setmanal<br/><b>Apropa't</b></p> <p><b>Trobada grup càncer de pròstata(F)</b><br/>11:30h–13:00h • <b>12 julio</b></p> <p><b>Taller "El Bon Dormir" (F)</b><br/>Mensual /12:00h – 13:30h<br/><b>26 juliol</b></p> <p><b>Taller "Orientació sobre ajudes socials" (F)</b><br/>Mensual / 12:00h – 14:00h<br/><b>19 juliol</b></p> |
| <p><b>Cafe amb... Dra. Martínez responsable de la Unitat de Cures Pal·liatives</b></p> <p><b>8 Juliol 12:00-13:00</b></p> <p><b>Híbrid</b></p>  | <p></p> <p><b>Horari d' Agost</b><br/><b>Dilluns a Divendres</b><br/><b>8 :30h a 15 :00h</b></p> <p></p>   |  | <p></p> <p><b>Dia dels Petits</b></p> <p><b>Dissabte 6 de juliol</b></p>  | <p><b>Apropa't</b> = Sense cita prèvia<br/><b>Híbrid</b>= Online / Presencial<br/><b>F</b>= Activitats també per a familiars</p> <p><b>INSCRIPCIONS A LA WEB</b></p>   |