



CANVI Cartagena
cáncer y vida

OFICINA

Asociación de Vecinos "Ciudad Jardín"
Calle Jorge Juan 31, 30204 Cartagena - Murcia

HORARIO ATENCIÓN AL PÚBLICO

Acogida y atención personal: martes y jueves
de 18:00 a 20:00 horas
Horario de oficina: martes, miércoles y jueves
de 17:00 a 19:00 horas

TELÉFONOS

Fijo oficina: 968.31.59.37 - Móvil: 744.48.30.94
Atención Psicológica: 744.48.24.07

INTERNET

Web: www.canvicartagena.org
Facebook: CanviCartagena
Email: asociacion.canvi.cartagena@gmail.com

No importa lo que te pase,
lo realmente importante es lo que hagas tú al
respecto.



CANVI Cartagena
cáncer y vida

Programa de Actividades Octubre 2018 – Febrero 2019



ACTIVIDADES DE OCTUBRE 2018 A FEBRERO 2019

TALLERES HABITUALES

-TALLER DE TAICHÍ – CHI-KUNG

TODOS LOS MARTES Y JUEVES.

De 17:30 a 18:30 horas – Salón de Actos de la AAVV “Ciudad Jardín”.
Dirige: **Cary Nicolás**. Monitora de Taichi Chi-Kung.

-TALLER DE MEDITACION Y REIKI

TODOS LOS MARTES.

De 19:00 a 20:30 horas – Salón de Actos de la AAVV “Ciudad Jardín”.
Dirige: **El equipo coordinador de Reiki**.

-CURSO-TALLER DE CRECIMIENTO PERSONAL

TODOS LOS MIÉRCOLES.

De 18:30 a 20:30 horas – Salón usos múltiples Colegio Público “Ciudad Jardín”.
Dirige: **Blas González**. Terapeuta en Desarrollo Transpersonal.

TALLERES CUATRIMESTRALES JUEVES.

(a las 19:00 horas salvo excepciones indicadas)

OCTUBRE

-DIA 4. PRESENTACIÓN DE ACTIVIDADES.

-DIA 11. Taller de Alimentación Consciente. Jose Ant. Valera.

-DIA 18. Taller de Mindfulness (“La esencia del Mindfulness”). Marta Dueñas Minguez. Psicóloga sanitaria.

-DIAS 19, 20 Y 21. Feria de asociaciones. EXPLANADA DEL PUERTO.

-DIA 25. Taller: Sentir La Danza. Ofelia Hernández. Profesora de Danza.

-DIA 29. (lunes).Encuentros Experienciales. Afectados y ex afectados. Salón usos múltiples Colegio Público “Ciudad Jardín”.

NOVIEMBRE

-DIA8. Taller de Mindfulness (“La mente de Momo”). Marta Dueñas Minguez. Psicóloga sanitaria.

-DIA 11. Convivencia y salida cultural. (lugar por determinar).

-DIA 15. Taller: ¿Como se inicia una buena vida? Cristina Rodríguez. Coach & Trainer.

-DIA 22. Charla: Par magnético. Rafael Murciano Sánchez.

-DIA 26. (lunes).Encuentros Experienciales. Afectados y ex afectados. Salón usos múltiples Colegio Público “Ciudad Jardín”.

-DIA 29. Taller: ¿Te apoyas o te saboteas? Cristina Rodríguez. Coach & Trainer..

DICIEMBRE

-DIA 13. Taller de Mindfulness (“Nuestras emociones, un camino de transformación”). Marta Dueñas Minguez. Psicóloga sanitaria.

-DIA 20. Fiesta, despedida de año. Diversas actividades lúdicas y cena compartida.

ENERO

-DIA 10. Taller de Mindfulness (“Compasión y autocompasión”). Marta Dueñas Minguez. Psicóloga sanitaria.

-DIA 17. Charla: “Procesos de duelo, como afrontarlos”. Toñi Esteban Psicóloga. Clínica.

-DIA 24. Taller: Sentir La Danza. Ofelia Hernández. Profesora de Danza.

-DIA 28. . (lunes).Encuentros Experienciales. Afectados y ex afectados. Salón usos múltiples Colegio Público “Ciudad Jardín”.

-DIA 31. ASAMBLEA ORDINARIA DE SOCIOS. AAVV “Ciudad Jardín”.

FEBRERO

-DIA 7. Taller: “Practica la despreocupación”. Cristina Rodríguez. Coach & Trainer.

-DIA 14. Taller: Alimentación consciente. Fundamentos del vegetarianismo. Jose Ant. Valera.

-DIA 21. Taller: “Cómo se cambia una costumbre”. Cristina Rodríguez. Coach & Trainer.

-DIA 25. (lunes).Encuentros Experienciales. Afectados y ex afectados. Salón usos múltiples Colegio Público “Ciudad Jardín”.

-DIA 28. . Taller: Sentir La Danza. Ofelia Hernández. Profesora de Danza.

-Acogida de personas - nuevas incorporaciones. Atención psicológica personalizada, gratuita. Con cita en oficina.

Coordina: **Toñi Esteban** (Psicóloga Clínica). Cita: **744 482 407**.

Colaboran: **José Ojaos** (Psicólogo) y **Blas González** (Terapeuta Transpersonal).

-Excursiones y convivencia en la Naturaleza.

Coordinan: **Atanasio Egea**, **José A. Ojaos** y **José Andreu**.

-Reiki: Atención gratuita domiciliaria y hospitalaria.

Previa cita en oficina.

-Ayuda coach gratuita (solo para socios afectados): Cristina Rodríguez

Sólo socios. Previa cita concertada en Tfno. **744 4830 94**.

-Asesoramiento nutricional individualizado Víctor Serrano.

Sólo socios. Previa cita concertada en Tfno. **744 4830 94**.

-Apoyo estético individualizado gratuito y banco de pelucas.

Ofrecido por **Antonio Bascuñana** (Peluquero).

Atención y asesoramiento: Cita en oficina o en el telf. **744 48 30 94**.