

-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.

Cita previa en oficina o en el tño: **744 48 30 94**.

-Asesoramiento nutricional individualizado. (Sólo para socios). Víctor

Serrano. Cita previa en oficina o en el tño: **744 48 30 94**.

-Apoyo estético individualizado gratuito y banco de pelucas.

Ofrecido por **Antonio Bascuñana** (Peluquero). Cita en oficina o telf. **744 48 30 94**

-Se recogen mechones de pelo para confección de pelucas en colaboración con la Asociación Mechones Solidarios de Málaga. Entrega en oficina.

OFICINA

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

HORARIO DE OFICINA AL PÚBLICO

Martes de 10:00 a 12:00 y de 17:00 a 19:00 h
Miércoles y jueves de 17:00 a 19:00 h

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 1er Semestre 2022

Enero 2022 – Junio 2022



ACTIVIDADES DE ENERO-2022 A JUNIO-2022

TALLERES HABITUALES

(excepto fiestas y vacaciones de Año Nuevo y Semana Santa)

-TALLER DE TAICHÍ – CHI-KUNG

TODOS LOS MARTES Y JUEVES.

De 17:45 a 18:45 horas – Salón de Actos de la AAVV “Ciudad Jardín”.

Dirige: **Cary Nicolás**. Monitora de Taichí - Chi-Kung.

-TALLER DE MEDITACIÓN 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 18:00 a 20:30 horas – Salón usos múltiples Colegio Público “Ciudad Jardín”.

Dirige: **Bias González**. Terapeuta en Desarrollo Transpersonal.

TALLERES DE LOS JUEVES.

(a las 19:00 h en el Salón de Actos de la AAVV salvo excepciones indicadas)

ENERO

-DIA 13. Taller: “El Miedo. ¿Qué haríamos si no tuviéramos miedo?”. José Ojaos. Psicólogo.

-DIA 20. ASAMBLEA GENERAL DE SOCIOS.

-DIA 27. Taller: “Gestionando nuestros miedos”. José Ojaos. Psicólogo.

FEBRERO

-DIA 3. Taller 1 de Mindfulness: “Conocerse, además de un placer es un verdadero arte”. Marta Dueñas. Psicóloga Clínica.

-DIA 10. Taller 2 de Mindfulness: “De las Creencias limitantes al Observador bondadoso”. Marta Dueñas. Psicóloga Clínica.

-DIA 17. Taller 3 de Mindfulness: “El camino del Equilibrio Emocional”. Marta Dueñas. Psicóloga Clínica.

-DIA 24. Taller 4 de Mindfulness: “Cuando todo se derrumba”. Marta Dueñas. Psicóloga Clínica.

MARZO

-DIA 3. Taller 5 de Mindfulness: “Transitando del Miedo a la Compasión”. Marta Dueñas. Psicóloga Clínica.

-DIA 10. Taller 6 de Mindfulness: “Amor, Compasión, Alegría y Ecuanimidad”. Marta Dueñas. Psicóloga Clínica.

-DIA 17. Taller: “Déjame que te cuente”. MariCarmen Mateu. Formación en Cuentoterapia, escritura creativa e iniciación en Mindfulness.

-DIA 18 Viernes. Charla-conferencia a cargo de Fidel Delgado. Titiripeuta. Psicólogo. Profesor en Escuelas de Enfermería... Lugar y hora de la Conferencia en Cartagena dentro de la Semana 16 Aniversario por determinar.

-DIA 24. Taller: “Sistema Nervioso. Terapias y prácticas naturales”. José Antonio Valera. Naturópata. Profesor de Yoga. Experto en terapias naturales.

-DIA 31. Taller de Vitaldance: “Gratitud Divino Tesoro”. Claudia Ximena Díaz. Psicóloga Formadora.

ABRIL

-DIA 7. Taller: “Pintando Mandalas, un camino al interior”. Liliana Martínez. Maestra de Reiki y formación en Arteterapia.

-DIA 21. Taller de Técnica Metamórfica TM (Tratamiento de la ansiedad, la depresión y desequilibrios emocionales). Emilio Rojo. Instructor de TM. Maestro de Reiki. Este taller se realizará de 18.00 a 21.00 h.

-DIA 28. Taller “Sistema Circulatorio. Terapias y prácticas naturales”. José Antonio Valera. Naturópata. Profesor de Yoga. Experto en terapias naturales.

MAYO

-DIA 5. Taller: “Déjame que te cuente”. MariCarmen Mateu. Formación en Cuentoterapia, escritura creativa e iniciación en Mindfulness.

-DIA 12. Taller : “Luz verde para Vivir”. Cristina Rodríguez. Coach.

-DIA 19. Taller de Vitaldance: “Yo soy yo, Tú eres tú”. Claudia Ximena Díaz. Psicóloga Formadora.

-DIA 26. Taller: “Sistema Digestivo. Terapias y prácticas naturales”. José Antonio Valera. Naturópata. Profesor de Yoga. Experto en terapias naturales.

JUNIO

-DIA 2. Taller: “Pintando Mandalas, un camino al interior”. Liliana Martínez. Maestra de Reiki y formación en Arteterapia.

-DIA 16. Taller de Vitaldance: “No seas perfecto, se Excelente”. Claudia Ximena Díaz. Psicóloga Formadora

-DIA 23. Despedida y valoración del semestre. Propuestas para el último trimestre – 2022.