

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

Coordina: **Toñi Esteban** (Psicóloga). Cita: **744 482 407**. **José Ojaos** (Psicólogo), **Piedad Zapata** (Psicóloga) y **Blas González** (Terapeuta Transpersonal).

-Excursiones y convivencia en la Naturaleza. José Ojaos y Salvador Mullois.

-Reiki: Atención gratuita domiciliaria y hospitalaria. Previa cita en oficina.

-Asesoramiento y acompañamiento individualizado en procesos de cambio de hábitos de vida (alimentación, descanso, deporte). Cristina Rodríguez . Health Trainer en PNIE. 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**

-Servicio de Biblioteca (fondo: 280 libros aprox). Coordina: **Agustín Carralero**. Horario de Oficina. Se admiten donaciones de libros y revistas de crecimiento personal, psicología y alimentación.

-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 2024

Enero 2024 – Junio 2024



ACTIVIDADES DE ENERO-2024 A JUNIO-2024

TALLERES HABITUALES

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

-TALLER DE TAICHÍ – CHI-KUNG (2 Grupos). TODOS LOS MARTES Y JUEVES
De 17 a 18 h (Grupo 1) y de 18 a 19 h (Grupo 2) – Salón de 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 17:30 a 20:00 horas – Salón usos múltiples Colegio Público “Ciudad Jardín”.
Dirige: **Blas González y Marta García**. Terapeutas en Desarrollo Transpersonal.

-ENCUENTROS EXPERIENCIALES DE AFECTADOS Y EX AFECTADOS UN LUNES AL MES: 22 Ene, 19 Feb, 18 Mar, 22 Abr, 20 May y 17 Jun.
De 18:00 a 19:30 horas - Salón usos múltiples del Colegio Público “Ciudad Jardín”
Coordinan: **Blas González, Piedad Zapata y Lola Meroño**.

TALLERES DE LOS JUEVES

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

ENERO

-DIA 11. Taller “Acompañar en la Esperanza”. Toñi Esteban. Psicóloga Clínica

-DIA 18. Taller “Sanando-te: Reconexión con tus pechos”. María G^a Padilla.
Maestría en Reiki. Facilitadora de Círculos de Saberes Femeninos [Sólo mujeres]

-DIA 25. ASAMBLEA GENERAL DE SOCIOS.

FEBRERO

-DIA 1. Presentación del libro *Por Ell@s*. Daniel Martínez (Autor).

-DIA 8. Taller “La música y el baile impulsoras de vida y salud”. Ofelia Hernández. Profesora de Danza.

-DIA 15. Taller de Arteterapia: “Creando y meditando con mi signo del Zodíaco”. Lili Martínez. Formación en Arteterapia.

-DIA 22. Taller “Sanando-te: Reconexión con tu útero”. María G^a Padilla.
Maestría en Reiki. Facilitadora de Círculos de Saberes Femeninos [Sólo mujeres].

-DIA 29. Taller “Ya tienes el diagnóstico. ¿Ahora qué?”. Cristina Rodríguez.
Coach. Asesora de Hábitos Saludables.

- Iniciaciones de Reiki: Nivel II (sábado 10-Feb) y Nivel I (sábado 24-Feb) 10h.

MARZO

-DIA 7. Taller “Educación Nutricional”. Sonia Vidal. Nutricionista con formación en Nutrición Oncológica.

-DIA 9 Sábado. Charla-Conferencia: “Hábitos que te salvarán la vida”. Dra. Odile Fernández. A las 18 h (lugar por determinar). 18 Aniversario Fundación CANVI-CT. El libro mismo título disponible a la entrada y lo firmará.

-DIA 14. Taller “Acompañar en la compasión”. Toñi Esteban. Psicóloga Clínica.

-DIA 21. Taller “El síndrome de Fe-Pla”. Cristina Rodríguez. Coach. Asesora de Hábitos Saludables.

ABRIL

-DIA 4. Taller de Educación Nutricional: “Etiquetado nutricional”. Sonia Vidal. Nutricionista con formación en Nutrición Oncológica.

-DIA 11. Taller “La música y el baile impulsoras de vida y salud”. Ofelia Hernández. Profesora de Danza.

-DIA 18. Charla “Acompañar en el sufrimiento”. Toñi Esteban. Psicóloga Clínica.

-DIA 25. Taller “El cuerpo habla. ¿Escuchas?”. Cristina Rodríguez. Coach. Asesora de Hábitos Saludables.

MAYO

-DIA 2. Taller de Educación Nutricional: “Alimentación equilibrada como prevención de enfermedades”. Sonia Vidal. Nutricionista con formación en Nutrición Oncológica.

-DIA 9. Taller “Buscando tu Cielo”. Lili Martínez. Formación en Arteterapia.

-DIA 16. Taller “Acompañar desde el corazón”. Toñi Esteban. Psicóloga cl.

-DIA 23. Taller “Beneficios del Ejercicio Físico en Pacientes oncológicos” Fco. Rodríguez Jiménez. Fisioterapeuta del Servicio RHB del Hospital Rosell

-DIA 30. Taller “Reanimación Cardiopulmonar y maniobra de Heimlich”. Pablo J. Adán Schez. Enfermero Servicio Urgencias del Hospital del Rosell.

JUNIO

-DIA 6. Taller “Diferencias y similitudes del Linfedema y Lipedema y tratamientos d ambos”. Isabel G^a Hdez. Fisioterapeuta Servicio RHB Rosell

-DIA 13. Taller de Ed. Nutricional: “Dietoterapia en pacientes oncológicos” Sonia Vidal. Nutricionista con formación en Nutrición Oncológica.

-DIA 20. Fiesta despedida semestre amenizada con Grupo Los Intocables