Agenda d'activitats

La inscripció a les activitats és gratuïta, només cal trucar al 932 002 099, escriure a espaiactiu@contraelcancer.es o al web contraelcancer.es.

Nov.26

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2. **Taller autoestima** Online, 3 sesssions, de 12 a 13 h. inscripcions **Club social. Jocs de taula per a homes** Espai AECC Maresme, de 16 a 18 h. inscripcions **Club social. Taller de mitja** Espai AECC Anoia, de 16.30 a 18.30 h. inscripcions	**3.** **Taller de ganxet i costura** Espai AECC Maresme, de 10 a 12 h. inscripcions **Estratègies per a famílies amb càncer en el dia a dia** Online, de 10 a 11.30 h. inscripcions **Taller d'iniciació al tapís** Espai AECC Catalunya Central, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Taller de ganxet** Espai AECC Garraf - Alt Penedès, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Taller de manualitats** Espai AECC Anoia, de 10.30 a 12.30 h. inscripcions **Club social. Punt de creu** Barcelona, de 16.30 a 17.30 h. inscripcions **Més enllà del primer any. Grup de supervivents** Barcelona, de 16.30 a 17.30 h. inscripcions	**4.** **Club social. Manualitats DIY** Espai AECC Maresme, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Taller de manualitats amb roba** Espai AECC Garraf - Alt Penedès, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Taller de manualitats** Espai AECC Vallès Oriental, de 16 a 18.30 h. inscripcions **Club social. Taller de ganxet** Espai AECC Anoia, de 16.30 a 18.30 h. inscripcions	**5.** **Grup Ansietat i estrés** Online, 3 sessions, de 12.30 a 14 h. inscripcions	**6.**
9. **Una alimentació saludable i econòmica és possible?** Online, a les 12 h. inscripcions **Club social. Jocs de taula per a homes** Espai AECC Maresme, de 16 a 18 h. inscripcions **Club social. Taller de mitja** Espai AECC Anoia, de 16.30 a 18.30 h. inscripcions	**10.** **M'han diagnosticat cancer i ara què?** Online, de 10 a 11.30 h. inscripcions **Taller de ganxet i costura** Espai AECC Maresme, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Taller d'iniciació al tapís** Espai AECC Catalunya Central, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Taller de manualitats** Espai AECC Anoia, de 10.30 a 12.30 h. inscripcions	**11.** **Club social. Manualitats DIY** Espai AECC Maresme, de 10 a 12 h. inscripcions **Programa Re@dapt plus nutrició: Alimentació i càncer de pròstata: com afrontar els efectes secundari** 5 sessions, online, de 12.30 a 12.30 h. inscripcions **Grup *He acabat els tractaments, i ara què?*** 8 sessions, online, d'11.30 a 13 h. inscripcions **Club social. Taller de manualitats** Espai AECC Vallès Oriental, de 16 a 18.30 h. inscripcions **Club social. Taller de globoflèxia** Espai AECC Anoia, de 16.30 a 18.30 h. inscripcions	**12.** **Club social. Jocs de taula** Espai AECC Anoia, d'11 a 13 h. inscripcions **Vull mantenir-me actiu físicament durant els tractaments. Com ho faig?** Online, de 12.30 a 14 h. inscripcions **Club social. Manualitats DIY** Barcelona, de 16.30 a 17.30 h. inscripcions	**13.** **Club Social. Converses musicals en anglès** Espai AECC Garraf - Alt Penedès, de 10 a 11.30 h. inscripcions **Club social. Lectura** Barcelona. Centre Civic Can Deu. de 17 a 18 h. inscripcions
16. **Pautes d'autocura de la pell** Online, de 10 a 12 h. inscripcions **Grup *Per a la recaiguda*** Barcelona, 5 sessions, de 12 a 13.30 h. inscripcions **Mites i creences sobre alimentació i càncer** Online, de 12 a 13.30 h. inscripcions **Club social. Jocs de taula per a homes** Espai AECC Maresme, de 16 a 18 h. inscripcions **Club social. Taller de mitja** Espai AECC Anoia, de 16.30 a 18.30 h. inscripcions	**17.** **Taller de ganxet i costura** Espai AECC Maresme, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Taller d'iniciació al tapís** Espai AECC Catalunya Central, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Taller de ganxet** Espai AECC Garraf - Alt Penedès, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Taller de manualitats** Espai AECC Anoia, de 10.30 a 12.30 h. inscripcions **Club social. Punt de creu** Barcelona, de 16.30 a 17.30 h. inscripcions **Com millorar la comunicació amb la persona malalta** Hospital Moisés Broggi. Espai Domum, de 16.30 a 18h. inscripcions	**18.** **Club social. Taller de manualitats amb roba** Espai AECC Garraf - Alt Penedès, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Manualitats DIY** Espai AECC Maresme, de 10 a 12 h. inscripcions **Discapacitat, LAPAD i incapacitats** Online, de 10.30 a 12 h. inscripcions **Club social. Taller de manualitats de pell** Espai Anoia, d'11 a 13 h. inscripcions **Quin tipus d'alimentació seguir durant els tractaments?** Online, de 12.30 a 14 h. inscripcions **Higiene del son** Online, de 13 a 14.30 h. inscripcions **Club social. Taller de manualitats** Espai AECC Vallès Oriental, de 16 a 18.30 h. inscripcions **Autocura de la pell per a homes** Online, de 16 a 17 h. inscripcions **Maneig de l'ansietat i estrès, amb tècniques de relaxació** Hospital de Mataró, Espai Domum, de 16 a 17.30 h. inscripcions	**19.** **Club social. Jocs de taula** Espai AECC Anoia, d'11 a 13 h. inscripcions **Com acompanyar un menor en dol** Online, de 12.30 a 14 h. inscripcions	**20.**
23. **Club social. Taller de manualitats** Espai AECC Anoia, de 10.30 a 12.30 h. inscripcions **Club social. Taller de ceràmica** Espai AECC Anoia, de 10.30 a 12.30 h. inscripcions **Mites i creences sobre alimentació i càncer** Espai AECC Catalunya Central, de 12 a 13.30 h. inscripcions **Nadal sense tu** Online, de 13 a 14.30 h. inscripcions **Club social. Jocs de taula** Espai AECC Maresme, de 16 a 18 h. inscripcions **Club social. Taller de mitja** Espai AECC Anoia, de 16.30 a 18.30 h. inscripcions	**24.** **Taller de ganxet i costura** Espai AECC Maresme, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Taller d'iniciació al tapís** Espai AECC Catalunya Central, de 10 a 12 h. inscripcions **Club social. Club de lectura** Hospital Moisés Broggi, Espai Domum, de 16.30 a 18 h. inscripcions	**25.** **Club social. Manualitats DIY** Espai AECC Maresme, de 10 a 12 h. inscripcions **Incoporació a la feina** Online, de 10 a 11.30 h. inscripcions **Posa't guapa** Barcelona, d'10.30 a 12.30 h. inscripcions **Mites i creences sobre alimentació i càncer** Espai AECC Vallès Occidental, de 12 a 13.30 h. inscripcions **Aprèn a dissenyar el teu menú durant el tractament** Online, de 12.30 a 14 h. inscripcions **Club social. Club de lectura** Espai AECC Maresme, de 16 a 18h. inscripcions **Club social. Taller de manualitats** Espai AECC Vallès Oriental, de 16 a 18.30 h. inscripcions	**26.** **Club social. Jocs de taula** Espai AECC Anoia, d'11 a 13 h. inscripcions **Club social. Jocs de taula** Hospital General de L'Hospitalet, d'11 a 12.30 h. inscripcions **Comunicació i cures** Online, d'11.30 a 13 h. inscripcions **Club social. Manualitats DIY** Barcelona, de 16.30 a 17.30 h. inscripcions	**27.** **Club Social. Converses musicals en anglès** Espai AECC Garraf - Alt Penedès, de 10 a 11.30 h. inscripcions **Club social. Lectura** Barcelona. Centre Civic Can Deu. de 17 a 18 h. inscripcions
30. **Estratègies per gestionar el cansament** Online, de 15.30 a 17 h. inscripcions **Club social. Jocs de taula** Espai AECC Maresme, de 16 a 18 h. inscripcions **Club social. Taller de mitja** Espai AECC Anoia, de 16.30 a 18.30 h. inscripcions				

Amb el suport de:

Generalitat de Catalunya Departament de Drets Socials i Inclusió · Diputació Barcelona · Barcelona · Fundació "la Caixa"

Patrocinador de la Seu de Barcelona:

Arbitrade

associació contra el càncer a Barcelona