

Agenda d'activitats

**Associació Contra el Càncer
a Girona**

Març 2023



Associació Contra el Càncer a Girona
Albereda, 3-5. Baixos. Edifici Fòrum
972 201 306
activatatsgirona@contraelcancer.es
asociacioncontraelcancer.es



**associació
contra el càncer
a Girona**

1
Dimecres

RUTES SALUDABLES A QUART

De 10 a 11:30 h

Ruta pels voltants

RUTES SALUDABLES A GIRONA

De 16:30 a 18 h

La caseta del rellotge/Pavelló de Fontajau

3
Divendres

SESSIONS GRUPALS DE RECUPERACIÓ FUNCIONAL

De 9:30 a 11 h

Centre Cívic del Barri Vell de Girona

6
Dilluns

RUTES SALUDABLES A SALT

De 10 a 11:30 h

Deveses i voltants

GRUP DE SUPORT EMOCIONAL PER PACIENTS AMB CÀNCER

De 10 a 11:30 h

Espai Mas Guàrdies (Hospital de Palamós)

TALLER DE MANUALITATS DE SANT JORDI

De 10 a 12:30 h

Centre Cívic del Barri Vell de Girona

7
Dimarts

RUTES SALUDABLES A CAN GIBERT DEL PLA

De 10 a 11:30 h

Ruta pels voltants del barri

RUTES SALUDABLES A VILAFANT

De 16:30 a 19 h

Ruta pels voltants

**RECUPERACIÓ FUNCIONAL I EXERCICIS
DE PREVENCIÓ DEL LINFEDEMA**

De 12 a 13 h

En línia



8
Dimecres

RUTES SALUDABLES A QUART

De 10 a 11:30 h

Ruta pels voltants

RUTES SALUDABLES A GIRONA

De 16:30 a 18 h

La caseta del rellotge/Pavelló de Fontajau

9
Dijous

MARXA NÒRDICA

A les 11:30 h

Sant Feliu de Guíxols

TAULA INFORMATIVA SOBRE EL CÀNCER DE CÒLON

A les 10 h

Placeta baixa de la Rambla de Figueres

10
Divendres

SESSIONS GRUPALS DE RECUPERACIÓ FUNCIONAL

De 9:30 a 11 h

Centre Cívic del Barri Vell de Girona

13
Dilluns

RUTES SALUDABLES A SALT

De 10 a 11:30 h

Deveses i voltants

GRUP DE SUPORT EMOCIONAL PER PACIENTS AMB CÀNCER

De 10 a 11:30 h

Espai Mas Guàrdies (Hospital de Palamós)

TALLER DE MANUALITATS DE SANT JORDI

De 10 a 12:30 h

Centre Cívic del Barri Vell de Girona



14
Dimarts

RUTES SALUDABLES A CAN GIBERT DEL PLA

De 10 a 11:30 h

Ruta pels voltants del barri

RUTES SALUDABLES A VILAFANT

De 16:30 a 18 h

Ruta pels voltants

**RECUPERACIÓ FUNCIONAL I EXERCICIS
DE PREVENCIÓ DEL LINFEDEMA**

De 12 a 13 h

En línia

15
Dimecres

RUTES SALUDABLES A QUART

De 10 a 11:30 h

Ruta pels voltants

RUTES SALUDABLES A GIRONA

De 16:30 a 18 h

La caseta del rellotge/Pavelló de Fontajau

17
Divendres

SESSIONS GRUPALS DE RECUPERACIÓ FUNCIONAL

De 9:30 a 11 h

Centre Cívic del Barri Vell de Girona

19
Diumenge

CONCERT BENÈFIC CONTRA EL CÀNCER | ARY MARTIN

A les 18 h

Teatre municipal de Lloret de Mar

TALLER DE CUINA PER A MALALTS ONCOLÒGICS

A les 12 h

Fòrum Gastronòmic - Palau de Fires de Girona



20
Dilluns

GRUP DE SUPORT EMOCIONAL PER PACIENTS AMB CÀNCER

De 10 a 11:30 h

Espai mas Guàrdias (Hospital de Palamós)

RUTES SALUDABLES A SALT

De 10 a 11:30 h

Deveses i voltants

TALLER DE MANUALITATS DE SANT JORDI

De 10 a 12:30 h

Centre Cívic del Barri Vell

21
Dimarts

RUTES SALUDABLES A CAN GIBERT DEL PLA

De 10 a 11:30 h

Ruta pels voltants del barri

RUTES SALUDABLES A VILAFANT

De 16:30 a 19 h

Ruta pels voltants

**RECUPERACIÓ FUNCIONAL I EXERCICIS
DE PREVENCIÓ DEL LINFEDEMA**

De 12 a 13 h

En línia

22
Dimecres

RUTES SALUDABLES A QUART

De 10 a 11:30 h

Ruta pels voltants

RUTES SALUDABLES A GIRONA

De 16:30 a 18 h

La caseta del rellotge/Pavelló de Fontajau

TALLER PAUTES D'AUTOCURA DE LA PELL

De 10 h

En línia

24
Divendres

SESSIONS GRUPALS DE RECUPERACIÓ FUNCIONAL

De 9:30 a 11 h

Centre Cívic del Barri Vell de Girona



26
Diumenge

TAULA INFORMATIVA SOBRE EL CÀNCER DE CÒLON

De 9 a 13 h

Plaça Dr. Gravalosa de Sant Hilari Sacalm

27
Dilluns

GRUP DE SUPORT EMOCIONAL PER A PACIENS AMB CÀNCER

A les 10 a 11:30 h

Espai Mas Guàrdies (Hospital de Palamós)

RUTES SALUDABLES A SALT

De 10 a 11:30 h

Deveses i voltants

TALLER DE MANUALITATS DE SANT JORDI

De 10 a 12:30 h

Centre Cívic del Barri Vell de Girona

28
Dimarts

RUTES SALUDABLES A CAN GIBERT DEL PLA

De 10 a 11:30 h

Ruta pels voltants del barri

RUTES SALUDABLES A VILAFANT

De 16:30 a 19 h

Ruta pels voltants

RECUPERACIÓ FUNCIONAL I EXERCICIS DE PREVENCIÓ DEL LINFEDEMA

De 12 a 13 h

En línia

XERRADA "COM PREVENIR EL CÀNCER AMB EL QUE MENGEM"

A les 18 h

Biblioteca Octavi Viader de Sant Feliu de Guíxols

TAULA INFORMATIVA CONTRA EL CÀNCER DE CÒLON

De 9:30 a 13:30 h

Mercat del Lleó



29
Dimecres

RUTES SALUDABLES A QUART

De 10 a 11:30 h

Ruta pels voltants

RUTES SALUDABLES A GIRONA

De 16:30 a 18 h

La caseta del rellotge/Pavelló de Fontajau

31
Divendres

DIA MUNDIAL CONTRA EL CÀNCER DE CÒLON

SESSIONS GRUPALS DE RECUPERACIÓ FUNCIONAL

De 9:30 a 11 h

Centre Cívic del Barri Vell de Girona

TAULA INFORMATIVA CONTRA EL CÀNCER DE CÒLON

De 9:30 a 13:30 h

Girona



PROGRAMA TERAPÈUTIC PER DEIXAR DE FUMAR

Grupal L'Escala- De 18 a 19:30 h

A partir del dijous 2 de febrer

Presencial

Grupal Girona - Els dimarts a les 12 h

A partir del 7 de març

En línia

XERRADA DE PREVENCIÓ: ALIMENTACIÓ

Xerrada d'Alimentació - De 8:15 a 16:35 h

Els divendres 3 i 10 de març

Presencial - INS Salvador Espriu(Salt)

RUTES SALUDABLES

Rutes saludables CP Puig de les Basses - De 10 a 11:30 h

El dia 9 de març

Ruta per l'Alt Empordà

