

ACTIVIDADES Y TALLERES

Para pacientes oncológicos y familiares

SEPTIEMBRE-DICIEMBRE 2022

En la Asociación Contra el Cáncer en Navarra todas las actividades y servicios son gratuitos.

ANSIEDAD

27 sept., 4, 11, 18 y 25 oct.

PAMPLONA 10:00h

Terapia grupal 5 días. 90-120 min.

19, 26 oct., 2, 9 nov.

TUDELA 12:00h

Terapia grupal 4 días. 90-120 min.

ALIMENTACIÓN

26 septiembre, 3 y 10 octubre

PAMPLONA 17:00h

Ciclo de charlas 3 días- 60 min.

MINDFULNESS

20,27 oct., 3, 10,17,24 nov.

1, 15 dic.

PAMPLONA 17:00h

Terapia grupal 8 días- 90 min.

MIEDO A LA RECAÍDA

8, 15, 22 nov., 13, 20 dic.

PAMPLONA 10:00h

16, 23, 30 nov., 14, 21 dic.

TUDELA 12:00h

Terapia grupal 5 sesiones- 90 min.

INCAPACIDAD/DISCAPACIDAD

4, 11 nov.

ONLINE 11:30h

Charla informativa 60 min.

PREINSCRIPCIONES:

948 212 697- 948 911 992

psicosocial.navarra@contraelcancer.es
y en los despachos de psicooncología
del Hospital Universitario de Navarra y
del Hospital Reina Sofía.

MEMORIA

martes de sept. a dic. Inicio: 27 sept.

PAMPLONA 12:00h

Taller para ejercitar la memoria

jueves de oct. a dic. Inicio: 13 oct.

TUDELA 12:00h

Taller para ejercitar la memoria

EJERCICIO FÍSICO

Inicio: finales de septiembre

PAMPLONA

Ejercicio para pacientes- 90 min.

YOGA

martes de oct. a dic. Inicio: 4 oct.

PAMPLONA 18:00h

martes de oct. a dic. Inicio: 11 oct.

TUDELA 11:00h

TALLER DE TEJER

martes de oct. a dic. Inicio: 4 oct.

PAMPLONA 17:00h

MEDITACIÓN

miércoles de oct. a dic. Inicio: 5 oct.

PAMPLONA 10:00h

MANUALIDADES

lunes de oct. a dic. Inicio: 17 oct.

PAMPLONA 17:00h



asociación española
contra el cáncer
en Navarra