

Actividades y talleres

Para pacientes oncológicos y familiares

octubre-diciembre 2023

ANSIEDAD

3-10-17-24 octubre
Online 10:00h

MIEDO A LA RECAÍDA

31 octubre 7-14-2-28 noviembre
Pamplona 10:00h

MINDFULNESS

19-26 octubre 2-9-16-23-30 nov 14 dic
Pamplona 17:30h
11-18-25 octubre 8-15-22-29 nov 13 dic
Tudela, 12:00h

MEJORA TU MEMORIA

Todos los martes
Pamplona 12:00
Todos los miércoles
Tudela 10:30h

ALIMENTACIÓN DURANTE EL TRATAMIENTO

6-13-20 noviembre
Pamplona 17:00 h

MEDITACIÓN

Todos los miércoles
Pamplona 10:00h

DEJAR DE FUMAR

11-18-25 octubre 8-15-22 noviembre
Pamplona 17:00
18-25 octubre 8-15-22-29 noviembre
Tudela 17:30h

inscripciones gratuitas:

948 212 697-948911992

psicosocial.navarra@contraelcancer.es

despacho de psicooncología

del Hospital Universitario de Navarra y

del Hospital Reina Sofía de Tudela

asociacioncontraelcancer.es

ES NAVIDAD Y FALTAS TÚ

18 diciembre
Pamplona 17:30h
Tudela 17:30h

HABLAMOS SOBRE INCAPACIDAD LABORAL Y DISCAPACIDAD

23 noviembre
Online 17:30h

APRENDE A GESTIONAR Y MEJORAR TU ECONOMÍA

Fecha por concretar

EJERCICIO FÍSICO

Pendiente de concretar fecha
Pamplona
Todos los lunes y miércoles
Tudela 17:30h-19:00h

MANUALIDADES

Todos los jueves
Pamplona 18:00h

YOGA

Pendiente de confirmar fecha
Pamplona
Tudela

TEJER

Pendiente de confirmar fecha
Pamplona
Tudela



asociación española
contra el cáncer
en Navarra