

**-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.** Coordina: **José Ojaos**.

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

Coordina: El equipo coordinador de Reiki domiciliario.

**-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: 300 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](http://www.canvicartagena.org)  
Facebook: CanviCartagena  
Email: [asociacion.canvi.cartagena@gmail.com](mailto: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 2025

Enero 2025 – Junio 2025



# ACTIVIDADES DE ENERO-2025 A JUNIO-2025

## TALLERES HABITUALES

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

### **-TALLER DE TAICHÍ – CHI-KUNG. TODOS LOS MARTES Y JUEVES**

De 17 a 17:50 h: Chi-Kung y de 18 a 18:50 h: Taichí – Salón de AAVV “C. Jardín”  
Dirigen como Monitoras: **Cary Nicolás** (Taichí) y **Beatriz Abellán** (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 18:00 a 20:00 horas – Salón de Actos del Colegio Público “Ciudad Jardín”.  
Dirige: **Blas González**. Terapeuta en Desarrollo Transpersonal.

### **-TALLER DE ESTIRAMIENTOS DE CADENAS MUSCULARES. LOS JUEVES.**

De 11:30 a 12:45 h – Salón de Actos AAVV “Ciudad Jardín”. Dirige: **Encarni Ortiz**

### **-ENCUENTROS EXPERIENCIALES DE AFECTADOS Y EX AFECTADOS**

**UN LUNES AL MES: 20 Ene, 17 Feb, 17 Mar, 21 Abr, 19 May y 16 Jun.**  
De 18:00 a 19:30 horas - Salón de Actos del Colegio Público “Ciudad Jardín”

## TALLERES DE LOS JUEVES

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

### ENERO

**-DIA 9. Taller “Cuidar de nuestra salud y bienestar desde una perspectiva consciente y transformadora.”. Arturo Frontier** (Isla de Pascua).

**-DIA 16. Taller “Vivir conscientemente hasta el final”.** **Toñi Esteban**. Psicóloga Clínica.

**-DIA 23. Taller “La música y el baile impulsoras de vida y salud”.** **Ofelia Hernández**. Profesora de Danza.

**-DIA 30. ASAMBLEA GENERAL DE SOCIOS.**

### FEBRERO

**-DIA 6. Taller de Numerología.** **Laura Bas**, Terapeuta Holística Psiconumeróloga y **Liliana Mtnez**, Formac. Numerología (Aforo limitado previa inscripción Oficina).

**-DIA 13. Taller de Yoga facial.** **Eva M<sup>a</sup> Lozano García**. Técnico Esteticista (Peluquería El@s).

**-DIA 20. Presentación del libro “Con ganas de hacerme una coleta”.** **María Victoria Mtnez Cegarra**. Autobiografía. (Afectada de cáncer).

**-DIA 27. Taller “Constelaciones familiares. Identificar y resolver los traumas familiares heredados”** **José Ojaos**. Psicólogo.

### MARZO

**-DIA 6. Taller “La música y el baile impulsoras de vida y salud”.** **Ofelia Hernández**. Profesora de Danza.

**-DIA13. Taller “Tatuaje terapéutico y tratamientos estéticos aplicados a procesos oncológicos”.** **Miguel Vivo**, tatuador y **Maite Saga**, esteticista.

**-DIA 20. Taller de Biodanza.** **Lucía Ortiz**. Facilitadora de biodanza.

**-DIA 27. Taller de Reanimación Cardiopulmonar (RCP) 2<sup>a</sup> parte.** **Pablo J. Adán Sánchez**. Enfermero del Servicio Urgencias Hospital Sta. M<sup>a</sup> del Rosell.

**-DIA 29 Sábado. Salida cultural–convivencial a lugar por determinar.**  
Coordina: **José Ojaos** y colaboradores.

### ABRIL

**-DIA 3. Taller “Meditación de la Risa”.** **Tina Zaplana**. Risoterapeuta Transformacional.

**-DIA 10. – NO HAY TALLERES** (Víspera de Semana Santa).

**-DIA 24. Taller “El arte de acompañar. Un camino vital”.** **Ruth Mogollón**. Asesora de vida, salud y bienestar.

### MAYO

**-DIA 8. Taller sobre Menopausia y Suelo Pélvico.** **M<sup>a</sup> Dolores Mtnez Colmena**. Fisioterapeuta de la Unidad de Suelo Pélvico del Hospital Sta. M<sup>a</sup> del Rosell.

**-DIA 15. Taller de Numerología.** **Liliana Mtnez Lombardo**. Formación en Numerología y Arteterapia (Inscripción previa en Oficina. 20 personas máximo).

**-DIA 22. Taller “Sexualidad en la madurez y en personas afectadas por patologías”.** **María José Sampeiro**. Psicóloga y Sexóloga del Ayto de Cartagena

**-DIA 29. Taller “La segunda Ley Universal. Como es adentro, es afuera”.** **María Padilla**. Facilitadora de las 36 Leyes Espirituales.

### JUNIO

**-DIA 5. Taller “La música y el baile impulsoras de vida y salud”.** **Ofelia Hernández**. Profesora de Danza.

**-DIA 12. Taller de Creatividad y Expresión Plástica.** **Liliana Mtnez Lombardo**. Formación en Arteterapia.

**-DIA 19. Taller “Yoga de la Risa”.** **Tina Zaplana**. Risoterapeuta Transformacional.

**-DIA 26. Fiesta despedida semestre.** Actividades por determinar.