



XARXA SANTA TECLA
Sanitària, Social i Docent
a Tarragona des de 1171

10 i 11 maig
EL Vendrell

I FIRA DE LA SALUT APROPEM-NOS

Dimarts 10 de maig



**10-10.15 h Inauguració
de la I FIRA de la SALUT**



10.15 h CAMINADA
Sortida de la porta del CAP.
Inscripcions al taulell del CAP



10.30 h Vine a provar Pilates
Escenari del parc davant del CAP
Regidoria d'Esports



10-13 h Sense sucre
Carpa d'Hàbits Saludables



10-13 h Eina digital "La Meva Salut"
Carpa d'Atenció a l'Usuari
Agència de Salut Pública. CATSALUT



**10-13 h i 16-19 h Reminiscències: jo vaig anar a EGB
i Tenim cura de la nostra salut emocional**
Carpa de Salut Emocional



11:30 -13 h Mans netes fan salut
Carpa d'Hàbits Saludables



11-13 h i 17-19 h Consells del teu farmacèutic
Carpa de Salut Emocional.
Farmacèutics Comunitaris



11-12 h AQUATERÀPIA
Piscina del Gimnàs Récord.
Cal inscripció prèvia.



12-13 h Prevenir la diabetis
Carpa d'Hàbits Saludables



12-13 h Ballant fem salut: Ball lineal
Escenari del parc davant del CAP
Escola de ball Míriam Buitrago



14-15 h Els professionals ens activem
Escenari del parc. Gimnàs Récord



18-19 h Ballant fem salut: Ritmes llatins
Escenari del parc davant del CAP
Escola de ball Míriam Buitrago



19 h La música és salut: Concert
Escenari del parc davant del CAP



Dimecres 11 de maig



9.15 h CAMINADA
Sortida de la porta del CAP.
Inscripcions al taulell del CAP



10-11 h Activa't ZUMBA
Escenari del parc davant del CAP.
Regidoria d'Esports.



10-13 h Sense sucre
Carpa d'Hàbits Saludables



**10-13 h i 16-19 h Salut i atenció a la dona: consells
de la teva llevadora**
Carpa d'Hàbits Saludables



11-12 h Cuidem prou el nostre COR?
Carpa d'Hàbits Saludables



12-13 h Cuidem la nostra columna
Carpa d'Hàbits Saludables.
Servei de Rehabilitació



**10-13 h i 16-19 h Reminiscències: jo vaig anar a
EGB i Tenim cura de la nostra salut emocional**
Carpa de Salut Emocional



11-13 h Consells del teu farmacèutic
Carpa de Salut Emocional.
Farmacèutics comunitaris



12-13 h AQUATERÀPIA
Piscina del Gimnàs Récord. Cal inscripció prèvia



12-13 h Ballant fem salut: Ritmes llatins
Escenari del parc davant del CAP
Escola de ball Míriam Buitrago



17-18.30 h Viu sense fumar i comença a sumar
Carpa d'Hàbits Saludables



17.30-18.30 h Ballant fem salut: Ball lineal
Escenari del parc davant del CAP
Escola de ball Míriam Buitrago



19 h La música és salut: Concert de rap
Escenari del parc davant del CAP
NAY, raper vendrellenc



Dimarts 10 de maig



10.30-11.30 h Com cuidar el sòl pelvià

Aula del CAP BOTAFOC.
Llevadores



12-13 h Taller de massatge infantil

Aula del CAP BOTAFOC.
Infermeria pediàtrica



18-19 h Cal que vacunem els nostres fills?

Aula del CAP BOTAFOC.
Infermeria pediàtrica

Per a les **ACTIVITATS** al CAP BOTAFOC es recomana inscripció prèvia



10-13h i 16-19 h TAULA COMUNITÀRIA

Amb la presència de les entitats i associacions comunitàries que oferiran informació de la seva activitat

Carpa d'ACTIUS EN SALUT

Dimecres 11 de maig



12-13 h Em centro en la meva vida: Mindfulness

Espai l'Eina
Medicina Familiar



13-14 h "Tinc dolor sempre, no em puc moure"

Espai l'Eina
Medicina Esportiva



15-16 h Mengen bé els adolescents?

Espai l'Eina
Infermeria pediàtrica



17-18 h Allibera el teu cos, calma la teva ment

Espai l'Eina
Pràctica de ioga



18-19 h Cafè-Tertúlia: Com cuidar-nos per cuidar?

Espai Eina
Medicina Familiar - Psicologia Comunitària



Carpa d'Hàbits Saludables



Carpa d'Actius en Salut



Carpa de Salut Emocional



Carpa d'Atenció a l'Usuari



Piscina del Gimnàs Récord



CAP BOTAFOC



Espai l'Eina



Escenari del parc davant del CAP



XARXA SANTA TECLA
Sanitària, Social i Docent

a Tarragona des de 1171

Organitza: Comissió Comunitària de l'ABS El Vendrell de la Xarxa Santa Tecla.

Col·laboren:

