

Programa Semana de la Salud 2024

Miércoles 17 de abril

- 12 h. Charla: "Gestión de emociones en infancia y adolescencia: formas de prevenir y abordar los conflictos". Raquel Rupérez, Psicóloga del Centro Pura Vida. Centro Cívico Tomás y Valiente. Entrada libre.
- 18 h. Charla "Fotoprotección: Consejos para una exposición solar saludable". Manuel Quintero, Farmacéutico de la Farmacia Sayago. Centro del Agua. Entrada libre.

Jueves 18 de abril

- Taller Prevención de enfermedades de transmisión sexual. Pablo Bueno, director de la UGC de Cantillana. Para alumnado del IES Ramón y Cajal.
- 18 h. Taller "Encuentra la paz en tu interior: meditación y relajación". Carmen Aranda, Centro Tamashi. Auditorio Jesús de la Rosa. Entrada Libre.

Viernes 19 de abril

- Ruta turística cultural por Huelva. (Especial para mayores). Inscripciones en el Punto de Igualdad Municipal.
- Durante **toda la semana** la Farmacia Gaviño Álvarez ofrece **servicio de medida** de tensión, glucosa y peso de manera gratuita.

✓ Habrá **obsequio** para las personas participantes en las distintas formaciones.

Lunes 15 de abril

- 11 h. Charla: "Eliminando etiquetas en la salud mental". Jorge A. Almada, Fundación TAS. Biblioteca Municipal "Anexo" de Los Rosales. Entrada libre.
- 11,30 h. Exhibición de baile de Zumba Positive para los residentes de la Residencia Ntra. Sra. De la Soledad.
- 17 h. Taller de Yoga. Verónica Fernández, Instructora de Yoga y Pilates. Parque Celestino Mutis. Entrada libre.
- 19 h. Taller para Familias "Jóvenes y Adicciones: consumo de sustancias". Delegación de Juventud. Fátima Domenech, Psicóloga. Centro Cívico Tomás y Valiente. Inscripción por la App Municipal.

Martes 16 de abril

- 9,30 h. Taller de Clow "Conecta con tu alegría, la risa y el juego". (Especial para mayores). David Cebrian, Clow profesional y maestro de artes circenses. Centro de Artes escénicas. Inscripciones en el Punto de Igualdad Municipal.
- 16,30 h. Taller de impresión botánica y tintes naturales. (Especial para mayores). Mar Márquez, Artista textil. Centro de Formación "El Coto". Inscripciones en el Punto de Igualdad Municipal.

✓ Más información en Punto de Igualdad Municipal. Tlf. 955647826.