

## Lunes 27 de Abril

- 12:00** Charla-Taller *"La Cesta de la compra para prevenir y abordar la diabetes"*. Auditorio Jesús de la Rosa Luque. Enrique Naranjo Pérez, Enfermero Familiar y Comunitario, UGC Cantillana.
- 11:30** Taller de cocina saludable *"Nos endulzamos con Frutas"* y exhibición de baile de Zumba Positive para los residentes de la Residencia Ntra. Sra. De la Soledad.
- 18:00** Charla-Taller *"Equilibra tu azúcar a través de la meditación y flores de Bach"*. Auditorio Jesús de la Rosa Luque. Carmen Aranda, Terapeuta Holística. Entrada libre.

## Martes 28 de Abril

- 12:00** Charla: *"La diabetes y el pie, una enfermedad silenciosa"*. Centro Cívico Tomás y Valiente (Los Rosales). Elisabet Talamino, Podóloga del Centro Pura Vida. Entrada libre.
- 18:00** Charla *"Salud diferencial de la mujer: Los riesgos del exceso de azúcar y alternativas saludables"*. Marta Mora y Joaquín Sayago, Farmacéuticos de la Farmacia Sayago. Auditorio Jesús de la Rosa Luque. Entrada libre.

## Miércoles 29 de Abril

- 12:00** Visita a Sanlúcar de Barrameda *"Caminando por Sanlúcar para bajar el azúcar"* (Especial para mayores). Inscripciones desde el 16 de abril en el Punto de Igualdad Municipal (de 10 a 14 horas).
- 18:30** *"Azúcar y emociones: Cuidarse de manera consciente"*. Centro Cívico Tomás y Valiente (Los Rosales). Encarnación Martínez, Psicóloga colegiada. Entrada Libre.

## Jueves 30 de Abril

- 10:00** Taller *"El arte de vincularte en movimiento para mejorar tu salud"*. (Especial para mayores). Centro Cívico Tomás y Valiente (Los Rosales). Inscripciones desde el 16 de abril en el Punto de Igualdad Municipal (de 10 a 14 horas).
- 18:00** Charla sobre nutrición *"Prevención de la diabetes desde los hábitos diarios: Alimentación, Movimiento y Constancia"*. Francis Campos y RosaLópez, Dietistas-Nutricionistas colegiados. Centro Cívico Tomás y Valiente. Entrada libre.

Durante toda la semana la Farmacia Gaviño Álvarez ofrece servicio de medida de tensión, glucosa y peso de manera gratuita.

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