

ACTIVITATS MES DE LA SALUT

MARÇ - ABRIL 2019

Dijous 7 de març a les 12 h

Al Teatre Clavé

CANVI DE MARXA

Activitat adreçada a alumnes de 4rt d'ESO

Divendres 8 de març a les 20.30 h

Biblioteca de Tordera

CELEBRACIÓ DEL DIA DE DONA

"Neus", una peça teatral sobre la vida de Neus Català, en la que podrem reviuire els moments més importants, intensos i colpidors dels seus més de 100 anys de vida. A càrrec de Núria de Calella i Marc Egea. Cal recollir invitació.

Dissabte 9 de març a les 9 h

Lloc de sortida: Parc Prudenci Bertrana

MARXA POPULAR PEL DIA DE LA DONA

Recorregut: 10Km. Inscripcions i més info a:
associaciodedonestorderenques@gmail.com
T. 622 256 210 / 636 886 146

Dimarts 12 de març a les 17 h

A l'esplai de gent gran

CINEFORUM amb la pel·lícula "BAILANDO LA VIDA"

Dimecres 13 de març a les 17.30 h

Biblioteca de Tordera

LABORATORI DE LECTURA "PIM, PAM, POMELO"

A partir de 4 anys. Cal inscripció, places limitades.

Dijous 14 de març a les 15.15 h

Biblioteca de Tordera

"LA NENA HA CAIGUT. EL NEN NO ES TROBA BÉ. QUÈ FAIG?"

Per a famílies amb infants petits.
A càrrec de la pediatra del Cap Tordera Mercè Aubanell.

Dijous 14 de març a les 18 h

Biblioteca de Tordera

TALLER CREATIU "INTRODUCCIÓ AL LAND ART, ART AMB NATURA"

A partir de 6 anys. Cal inscripció, places limitades.

Dimarts 15 de març a les 17 h

A l'escola la Roureda

XERRADES SOBRE NUTRICIÓ INFANTIL ASSENTANT LES BASES DE LA NUTRICIÓ INFANTIL

Organitza: Ampa Escola la Roureda

Dimarts 19 de març a les 16 h

Biblioteca de Tordera

ESPAI CREATIU "L'ANIMAL JUGANER"

A partir de 4 anys.

Dimecres 20 de març de 9 h a 14 h

Al Casal de joves

SEGURETAT ALIMENTÀRIA

Cal inscripció prèvia. Places limitades.
Més info. Al Casal de joves: 93 764 58 85 / 671 650 631

Dimecres 20 de març a les 19 h

Biblioteca de Tordera

"ENSENYA'M LA LLENGUA" de Antoni Beltran Expressions catalanes enfocades al món de la salut.

Dimecres 20 i 27 de març a les 16 h

Al Casal de joves

TORDERA EDUCA EN FAMÍLIA

Tallers per a pares i mares. Taller sobre l'ús de les TIC en àmbit familiar. Taller gratuït. Places limitades.

Divendres 22 de març de 10 h a 22 h

Al pavelló Països Catalans

MARATÓ DE SANG

Dissabte 23 de març a les 11 h

Biblioteca de Tordera

TALLER-XERRADA "GESTIONEM L'ESTRÈS AMB SUPORT DEL MINDFULNESS"

A càrrec de El Camí.

Dimarts 26 de març a les 17.30 h

Biblioteca de Tordera

TARDA DE JOCS DEL MÓN

A partir de 4 anys.

Dimarts 29 de març a les 20 h

A l'escola la Roureda

XERRADES SOBRE NUTRICIÓ INFANTIL L'ORGANITZACIÓ A CASA I AL SUPERMERCAT

Organitza: Ampa Escola la Roureda

Dimecres 3 d'abril a les 18 h

Biblioteca de Tordera

Presentació de la Guia "PETITS CANVIS PER MENJAR MILLOR" A càrrec de Clàudia Planas dietista-nutricionista.
Organitza: Agència Catalana de Salut pública.

Dijous 4 d'abril a les 17.30 h

Al Casal de joves

CUINA SENSE PARES

Divendres 5 d'abril

DIADA DE L'ESPORT ESCOLAR

Divendres 5 d'abril a les 19 h

Local social del veïnal de Sant Pere

XERRADA SOBRE SALUT ARTICULAR

A càrrec de Noelia Exposito i Camila Gonzalez expertes en fitoteràpia.

Organitza: Farmàcia Sant Pere

Dissabte 6 d'abril a les 9 h

Sortida des de l'Esplai de gent gran

CAMINADA POPULAR + XOCOLATADA

Dilluns 8 d'abril a les 19 h

Biblioteca de Tordera

XERRADA "GUANYAR LA PARTIDA AL CÀNCER"

A càrrec de Jordi Rubio, oncòleg.

Organitza: Delegació Oncolliga Tordera

Dimarts 9 d'abril a les 17 h

A l'Esplai de gent gran

CINEFORUM ENVERS "QUI CUIDA AL CUIDADOR?"

Dijous 11 d'abril a les 12 h

A Ràdio Tordera

TAULA RODONA "LA HIGIENE DE LA SON"

Amb la Dra. Bruguera (pneumòloga) de la CSMS i el Dr. Fleitas (psiquiatre del Centre de Salut Mental d'Adults) Marta Marcoval Martí farmacèutica titular de la Farmàcia Marcoval

Dijous 11 d'abril a les 18 h

Biblioteca de Tordera

COM MOTIVAR ALS NOSTRES FILLS EN ELS ESTUDIS

Destinat a famílies amb fills de més de 12 anys.
Taller gratuït. Places limitades.

Dissabte 13 i Diumenge 14 d'abril a partir de les 18 h. A la Fira del Ram. Estand del Casal de Joves "OLIMPIADES DE SALUT"

Durant el mes de la Salut es realitzaran tallers de RCP a les escoles i pels treballadors de l'Ajuntament.