

DEL 25 DE MARÇ A L'1 D'ABRIL DE 2023

setmana de la salut



ACTIVITATS

DIJOUS 6
DIA MUNDIAL DE L'ACTIVITAT FÍSICA
DIVENDRES 7
DIA MUNDIAL DE LA SALUT

DISSABTE 25/3

FESTA

Viatge per la Galàxia Saludable

Jocs i activitats per a famílies amb infants a càrrec de Gasol Foundation
 De 10 a 13.30 h | Escola Sant Jordi

DILLUNS 27/3

TALLER

Ergonomia i estiraments amb una cadira
 10 h | Espai Sara Llorenç (Antiga Biblioteca)

FESTA INFANTIL

Jocs tradicionals

De 17.30 a 18.30 h | Plaça Nova i Plaça de les Mèlles

TALLER DE RELAXACIÓ I HIGIENE DE LA SON

17.30 h | Banc del Temps (c/Jaume I, 3)

TALLER DE BATCH COOKING

Aprèn a cuinar per a tota la setmana
 18 h | Cuina del Centre Cívic

ESPAI DE TROBADA TRANS* (DM DE LA VISIBILITAT TRANS*)

Compartir vivències, actituds, violències,

*anècdotes, on entre tots, construirem un espai de seguretat i cures. Volem donar espai i visibilitzar la lluita quotidiana de les persones trans**

18 h | SAI Pineda de Mar (C/ Riera, 31)

DIMARTS 28/3

ENTRENAMENT PERSONAL PER A JOVES

Inscripcions a @Can Jalpi
 16.30 h | Can Xaubet

DIMECRES 29/3

PARADA AL MERCAT DE POBLENOU SOBRE SALUT

Receptes d'alimentació saludable a càrrec de tècnics de Salut de l'Ajuntament i personal de l'Àrea Bàsica de Salut
 De 10 a 13 h

TALLER

Ergonomia i estiraments amb una cadira
 11 h | Centre Cívic Poblenou

PSICOMOTRICITAT PER ALS INFANTS

De 17.20 a 18.20h | Can Xaubet

GIMCANA "TU TRIES" A L'ESPAI JOVE

De 17.30 a 19 h | Can Jalpi

DIJOUS 30/3

XERRADA

Com podem cuidar el cor

A càrrec del Dr. J. Batlle de l'Associació de Facultatius Jubilats del Consorci Sanitari del Maresme
 10.30 h | Casal d'Avis de Poblenou

CONTE IOGA

17.30h | Biblioteca Serra i Moret

DIVENDRES 31/3

PARADA AL MERCAT DE POBLENOU SOBRE SALUT

De 10 a 13h

TALLER

Què cal saber sobre el consum d'alcohol
 Per a joves a càrrec dels educadors de l'Espai Jove
 18 h | Skatepark

DISSABTE 01/4

PINEDA PARK FEST 2

De 16 a 20 h | Skatepark

DURANT LA SETMANA

EXPOSICIÓ DOCUMENTAL SOBRE LLIBRES DE SALUT

Biblioteca M. Serra i Moret | Punt Biblioteca Poblenou

TALLERS DE MINDFULNESS, ALIMENTACIÓ SALUDABLE, SEXUALITAT I BENESTAR EMOCIONAL

ACTIVITATS ESPORTIVES ALS INFANTS DEL "SADI" I LES SEVES FAMÍLIES



Ajuntament de Pineda de Mar



ASSOCIACIÓ DE FACULTATIUS JUBILATS
 CONSORCI SANITARI DEL MARESME



Institut Català de la Salut
 CAP Pineda de Mar



L'Acadèmia

