

Salut i Benestar a l'hivern

16 FEBRER	XARRADA: "LA SOLEDAT, BENEDICCIÓ O DESGRÀCIA?" Impartit per Alicia Faus , psicòloga Lloc: Centre Municipal de Convivència per a Persones Majors de Corea Hora: 17.00 h
20 FEBRER	PRESENTACIÓ DELS RESULTATS OBTINGUTS EN L'ESTUDI DEL SOBREPÉS I L'OBESITAT EN ALUMNAT DE 1r A 4t DE PRIMÀRIA DELS COL·LEGIS DE GANDIA (PEPSO) Presentat per: Liduvina Gil Climent , regidora de Salut Pública i Polítiques Saludables i Jesús Herraiz , titular de la Farmàcia del Paseo 24 H
22 FEBRER	XARRADA: "L'ART DE VOLER-SE UNA MATEIXA" Impartit per Alicia Faus , psicòloga Lloc: Centre Social de Beniopa Hora: 17.00 h
23 FEBRER	XARRADA: "LES DONES I LA DIABETIS TIPUS 2" Impartit per Tomás Fuster , metge d'atenció primària Lloc: Centre Social del Raval Hora: 17.00 h
27 FEBRER	TALLER: "LA IMPORTÀNCIA DE L'AUTOESTIMA" Impartit per Patricia Almiñana , psicòloga Lloc: Casa de Cultura Marqués de González Quirós Hora: 18.00 h
1 MARÇ	TALLER: MÒDUL 5 DEL PROGRAMA D'ALIMENTACIÓ SALUDABLE I D'ACTIVITAT FÍSICA A L'ESCOLA (Aliments constructors; Jugar amb el nostre cos; Treballant en l'autoestima) Dirigit al professorat dels centres educatius de Gandia adherits al programa "Escoles Saludables" Impartit per: Marianela Fernández , nutricionista, Jesús Naveiro , professor d'activitat física i KatyaBañuls , psicòloga Hora: 17.30 h Lloc: Casa de Cultura Marqués de González de Quirós
6 MARÇ	TAULA REDONA: "BENVINGUDES A LA MENOPAUSIA" Presentat per Liduvina Gil Climent , regidora de Salut Pública i Polítiques Saludables Impartit per: Rosa Parreño , matrona; Isabel Garcia , farmacèutica Farmàcia del Paseo 24 H, i Silvia Riera , dermoconsellera de la Farmàcia del Paseo 24 H Hora: 17.30 h. Lloc: Casa de Cultura Marqués de González de Quirós
9 MARÇ	DINAR CELEBRACIÓ DEL DIA INTERNACIONAL DE LA DONA Lloc: Centre Municipal de Convivència de Corea Venda de tiquets a la cafeteria del Centre de Corea
22 MARÇ	PRESENTACIÓ DE LES BASES DEL II PREMI VALORS ACTIUS EN LA GENT GRAN Presentat per Liduvina Gil Climent , regidora de Salut Pública i Polítiques Saludables



GENER a MARÇ 2018



AJUNTAMENT DE GANDIA
Departament Salut i Polítiques Saludables



Des del Departament de Salut Pública i Polítiques Saludables, hem programat tota una sèrie de xarrades, tallers, taules redones, etc., que tenen, com a finalitat, previndre, informar, formar, adquirir noves habilitats per fer front al dia a dia de les nostres vides.

Gandia forma part de la Xarxa de Ciutats Saludables i, per tant, les polítiques municipals han de contribuir que els nostres ciutadans i ciutadanes tinguin una millor qualitat de vida. Aquest és el nostre repte: facilitar noves eines que ajuden a canviar hàbits no saludables o situacions no desitjades.

Espere que aquest cicle siga del vostre interès i, com sempre, vull agrair la vostra participació.

Liduvina Gil Climent

Tinenta d'Alcalde. Regidora de Sanitat i Polítiques Saludables

**11
GENER**

TALLER: MÒDUL 3 DEL PROGRAMA D'ALIMENTACIÓ SALUDABLE I D'ACTIVITAT FÍSICA A L'ESCOLA (Aliments energètics; Hàbits correctes; La motivació, clau per als canvis)

Dirigit al professorat dels centres educatius de Gandia adherits al programa "Escoles Saludables"

Impartit per: **Marianela Fernández**, nutricionista; **Jesús Naveiro**, professor d'activitat física i **Katya Bañuls**, psicòloga

Hora: 17.30 h

Lloc: Casa de Cultura Marqués de González de Quirós

**DEL 12 DE
GENER AL 14
DE MARÇ**

TALLERS DE PREVENCIÓ A L'ADDICCIÓ DE LES NOVES TECNOLOGIES (MÒBIL, INTERNET, XARXES SOCIALS) I JOC PATOLÒGIC

Impartit per **Esther Gallego**, tècnica de la UPCCA

Dirigit a l'alumnat de l'ESO i Batxillerat i cicles formatius dels centres educatius de la ciutat

**DEL 16 DE
GENER FINS AL
29 DE MARÇ**

TALLER "EDUCANT EN VALORS: HABILITATS PER A LA VIDA"

Dirigit a l'alumnat de 1r a 4t d'ESO dels centres educatius de Gandia

Impartit per **Katya Bañuls**, psicòloga

17 GENER

XARRADA: "POSA EN MARXA LES TEUES DEFENSES: PRODUCTES I REMEIS NATURALS"

Impartit per **Dara Hristozova**, Farmàcia Carolina Esteve

Hora: 17.00 h

Lloc: Centre Social de Benipeixcar

22 GENER

TALLER: "APRENT A LLEGIR L'ETIQUETATGE DELS ALIMENTS: PRIMERA PART"

Impartit per **Mari Pellicer**, dietista-nutricionista

Hora: 16.30 h

Lloc: Casa de Cultura Marqués de González de Quirós

26 GENER

XARRADA: "PROBLEMES D'AUDICIÓ. IMPORTÀNCIA I CONSEQÜÈNCIES"

Impartit per **Noemí Ramírez**, tècnica "AMPLIFON IBÉRICA"

Lloc: Centre Municipal de Convivència per a Persones Majors Roís de Corella

Hora: 17.00h

26 GENER

TALLER: "UNA RECUPERACIÓ POSTPART FÍSICA I PSICOLÒGICA ADEQUADA"

Impartit per **Empar Alandete**, psicòloga

Lloc: Casa de Cultura Marqués de González de Quirós

Hora: 18.30h a 20.00 h

31 GENER

III JORNADA MESA INTERSECTORIAL: "DEVOLUCIÓ DIAGNÒSTIC DE SALUT PARTICIPAT DE GANDIA"

Presenta: **Liduvina Gil**, regidora de Sanitat, i **Amancio Peñuelas**, director Centre de Salut Pública Gandia

Hora: 9.00 h a 11.00 h

Dirigit a: personal tècnic de l'Ajuntament, salut pública Gandia i atenció primària

Hora: 18.00 h a 19.30 h

Dirigit a la ciutadania en general

Lloc: Sala Casa de Cultura Marqués de González de Quirós

31 GENER

TALLER: "INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL: CLAUS PER A UNA VIDA FELIÇ"

Impartit per **Katya Bañuls**, psicòloga

Lloc: Centre Municipal de Convivència per a Persones Majors Roís de Corella

Hora: 10.00 h

Per a participar, cal apuntar-se al Centre Municipal Roís de Corella

1 FEBRER

TALLER: MÒDUL 4 DEL PROGRAMA D'ALIMENTACIÓ SALUDABLE I D'ACTIVITAT FÍSICA A L'ESCOLA (Alternatives per a mantindre una bona salut; Jugant i disfrutant; Desemascarant la publicitat enganyosa)

Dirigit al professorat dels centres educatius de Gandia adherits al programa "Escoles Saludables"

Impartit per: **Marianela Fernández**, nutricionista; **Jesús Naveiro**, professor d'activitat física i **Katya Bañuls**, psicòloga

Hora: 17.30 h

Lloc: Casa de Cultura Marqués de González de Quirós

5 FEBRER

TALLER: "APRENT A LLEGIR L'ETIQUETATGE DELS ALIMENTS: SEGONA PART"

Impartit per **Mari Pellicer**, dietista-nutricionista

Hora: 16.30 h

Lloc: Casa de Cultura Marqués de González de Quirós

7 FEBRER

TALLER: "COM UTILITZAR LES EMOCIONS POSITIVES PER A UNA VIDA SALUDABLE"

Impartit per **Katya Bañuls**, psicòloga

Lloc: Centre Municipal de Convivència per a Persones Majors Roís de Corella

Hora: 10.00 h

Per a participar, cal apuntar-se al Centre Municipal Roís de Corella

**13 I 14
FEBRER**

III JORNADA "EDUCACIÓ PER A LA SALUT: L'ÚS POSITIU DE LES TECNOLOGIES DE LA INFORMACIÓ I LA COMUNICACIÓ (TICS)"

Acte d'inauguració: **Sra. Liduvina Gil Climent**, regidora de Salut Pública i Polítiques Saludables i **Sra. Manela Faus**, directora del CEFIRE de Gandia

Lloc: Casa de Cultura Marqués de González Quirós

Hora: 17.00 h

14 FEBRER

TALLER: "CONSELLS PRÀCTICS PER A DESENVOLUPAR LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL"

Impartit per **Katya Bañuls**, psicòloga

Lloc: Centre Municipal de Convivència per a Persones Majors Roís de Corella

Hora: 10.00 h

Per a participar, cal apuntar-se al Centre Municipal Roís de Corella