

Programa de Benestar Emocional i Salut Comunitària

ESCOLA DE SALUT

del Maresme i la Selva

CAP Malgrat de Mar



📍 **Escola d'adults** (Cases dels Mestres – Ramón Turró, 47) ⌚ **10:30 – 12:00 h**

👤 **Adreçat a majors de 60 anys**

13/01/2023

Presentació

Sr. Jofre Serret i Sra. Sarah Marisa Corpas, Regidors de l'Ajuntament de Malgrat i Dra. Ester Tarradas, Directora de l'EAP de Malgrat.

03/02/2023

Relació social i suport emocional. Cohesió grupal

Treball Social i Psicologia de la CSMS

24/02/2023

Dormir bé: Son, descans, parlem d'insomni

Metgesses del CAP Malgrat

17/03/2023

Taller nutrició: Cuina i alimentació saludable

Nutricionista de la CSMS

20/01/2023

Envel·liment saludable

Infermeria del CAP Malgrat

10/02/2023

La pell a partir dels 60

Metgesses del CAP Malgrat

03/03/2023

Mesures d'autoprotecció i prevenció de furts

Mossos d'Esquadra

24/03/2023

Sortida saludable

Infermeria del CAP Malgrat

27/01/2023

Àlbum de records

Treball Social i Psicologia de la CSMS

17/02/2023

Taller de memòria

Treball Social i Psicologia de la CSMS

10/03/2023

Com vivim la sexualitat

Ginecòloga de la CSMS

31/03/2023

Cloenda: Salut emocional i cos. Taller d'emocions

Treball Social i Psicologia de la CSMS