

ESCOLA DE SALUT

El CAP Sant Llàtzer organitza una Escola de Salut dirigida a usuaris d'edats compreses entre els 64 i els 68 anys. Durant 10 sessions parlarem i treballarem els següents temes d'interès:



- 3 d'octubre: Presentació de l'escola de salut i xerrada "Recursos sanitaris"
- 10 d'octubre: Reanimació Cardiopulmonar (RCP)
- 17 d'octubre: Primers auxilis
- 24 d'octubre: Malalties comunes i medicació
- 7 de novembre: Son i descans
- 14 de novembre: Alimentació
- 21 de novembre: Higiene postural i activitat física
- 28 de novembre: Sòl pelvià i Sexualitat
- 12 de desembre: Benestar emocional
- 19 de desembre: "Tu ets el protagonista de la teva salut" i Cloenda



Inici: Dijous 3 d'octubre de 2024 / **Final:** Dijous 19 de desembre de 2024



De 17:00 a 19:00 h

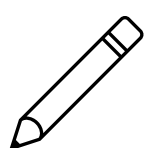


Dirigit a pacients del CAP Sant Llàtzer



Lloc: Casal Cívic Municipal Vapor Gran

Passeig del Vapor Gran, 39 -Terrassa-



INSCRIPCIONS



Captura el QR

Organitza:

CST ● CAP Sant Llàtzer
Centre Universitari



Generalitat de Catalunya
Departament
de Drets Socials