

CASAL DE SALUT 2025

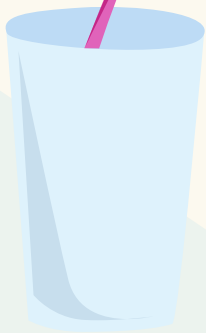
Els dos ambulatoris i els dos centres de serveis socials del districte ens hem associat per crear el casal de salut durant els mesos d'estiu per acompanyar-vos d'una manera activa i saludable, al mateix temps que recollim la vostra opinió per continuar atenent-vos de la millor manera possible.

L'ordre de les sessions pot ser alterada per disponibilitat de la persona que fa l'activitat.

Organitzat per: CAP Les Corts, CAP Montnegre, Centres de serveis socials de les Corts i de la Maternitat i Sant Ramon i Pedralbes.

Amb la col·laboració del Districte de les Corts.

Amb un refrigeri per poder passar la calor!



Sense inscripció prèvia



CASAL DE SALUT PER A LA GENT GRAN del Districte de les Corts (2a edició)

**Tots els dimarts,
de 10.00 a 12.00 h**

Biblioteca Montserrat Abelló – Sala d'actes
Les sessions del 8 i 22 de juliol es faran a l'espai 2
(Comtes de Bell-Lloc, 192-200)

*Segona edició
Estiu 2025
1 de juliol al 26 d'agost*



1/07 - Sessió 1 _____

Els casals de gent gran de les Corts i el punt d'atenció a la soledat del districte

Descripció dels casals, el programa per a la gent gran del Districte de les Corts i els voluntaris que participen. Cristina Jordà.

08/07 - Sessió 2 _____

Mossos d'Esquadra Comunitàries

Consells de prevenció i seguretat a la llar. Marta i Eva.

15/07 - Sessió 3 _____

Programa viure i conviure

Convivència intergeneracional sense intercanvi econòmic. Fundació Roure.

22/07 - Sessió 4 _____

Nutricionista i Higienista del CAP Montnegre - Alimentació i envelliment saludable

Parlarem sobre mites alimentaris comuns, quins grups hem de tenir en compte per la nostra alimentació diària i facilitarem eines i recursos que ajudin les persones a millorar el seu estat nutricional.

Nutricionista (Carla Farré) i Higienista (Eric Rodríguez) del cap Montnegre

29/07 - Sessió 5 _____

Bombers de Barcelona

Consells de prevenció i seguretat.

05/08 - Sessió 6 _____

Infermeria CAP Les Corts. Primers auxilis i urgències domèstiques

Aprendrem què fer davant dels petits accidents domèstics que a vegades es produeixen a casa: una tall, un cop, una cremada...

12/08 - Sessió 7 _____

Medicina CAP Les Corts. Envelliment saludable.

Consells pel bon estat de la salut física, mental i emocional a mesura que ens fem grans per mantenir l'autonomia, la qualitat de vida i el benestar. A càrrec de la Dra. Minerva Mas.

19/08 - Sessió 8 _____

Fisioterapeutes CAP Montnegre- Envelliment actiu i prevenció de caigudes

Parlarem sobre la importància del moviment, donarem estratègies de prevenció de caigudes, i facilitarem pautes d'exercici adaptat a la població.

A càrrec dels fisioterapeutes Marta Piñol i Aitor Sepúlveda del CAP Montnegre.

26/08 - Sessió 9 _____

Treballadores socials dels Centres de serveis socials de les Corts i la Maternitat-Sant Ramon i Pedralbes. I treballadora social CAP Les Corts

Qui som i què fem serveis socials? Atenció individual, grupal i comunitària.

Recursos socials dels ambulatoris.


**GAUDEIX DE L'ESTIU
EN COMPANYIA
AL CASAL DE SALUT
DE LES CORTS!**

