

DEL 15 AL 20 D' OCTUBRE

III SETMANA DE LA SALUT EIX

Inscripcions en:

CS **Altabix** C/ Bernabé Campo Latorre, 26
CS **Poeta Miguel Hernández** C/ Torres Quevedo, 14
CS **El Raval** C/ Boix i Rosario, 2
CS **Polivalent de Carrús** C/ Antonio Brotons Pastor, 72
www.elche.es/elche-saludable



+ INFO: elcheconviue@elche.es i 966658249

Claus per a una bona convivència veïnal



19:00 Dirigit a associacions, comunitats de veïns i administradors de finques.
20:30 Lloc: Centre Social Salvador Allende.
Organitza: Educare Social.

Dissabte 20 d'OCTUBRE

Aquagym dirigida a persones majors de 60 anys

10:00 Lloc: Piscines del Pla i Carrús.
11:00 Organitza: Regidoria d'Esports.



Activitats aquàtiques en família

11:00 Lloc: Piscines del Pla i Carrús.
12:00 Organitza: Regidoria d'Esports.



Taller de cuina saludable en família

10:00 Organitza: Regidoria de Benestar Social.
15:00 Lloc: Escola Municipal d'Hostaleria.



Taller per a pares i mares: Models de parentalitat

11:00 Organitza: Regidoria d'Igualtat.
12:30 Lloc: Seu La Mama d'Elx. C/ Boix i Rosario, 2.



Inscripció obligatòria



Es recomana inscripció

Aquelles activitats que no reflecteixen destinatari estan dirigides a població en general

1 a més ...

Exposició

Del 8 al 21 de octubre
Lloc: Universitat Miguel Hernández.
Organitza: ADACEA Associació de Dany Cerebral Adquirit d'Alacant.

Organitza



Col·labora




Inscripció gratuïta
Fins al 5 d'octubre:
www.elche.es/elche-saludable

Dilluns 15 d'OCTUBRE

- 09:30 **Activa't: Master Class de Zumba** 
Lloc: Pistes del Pla.
Organitza: Regidoria d'Esports.
- 10:30 **Taller de Reanimació
Cardiopulmonar bàsica. RCP** 
Lloc: Centre de Salut del Raval.
Organitza: Departament de Salut Elx – Hospital General.
- 11:00 **Taller d'esquena**
Dirigit a treballadors/es municipals. **Inscripció en Intranet.**
Lloc: Centre Social El Pla de Sant Josep.
Organitza: Centre mèdic.
- 12:30 **Taller d'alimentació saludable** 
Lloc: Centre de Salut d'Altabix.
Organitza: Departament de Salut Elx – Hospital General.
- 14:30 **Dansa creativa** 
Lloc: Gimnàs Centre Social Altabix Universitat.
Organitza: ElxConviviu.
- 17:30 **Motivació per a deixar de fumar** 
Lloc: Centre Salut El Raval.
Organitza: Departament de Salut Elx – Hospital General.
- 18:30 **El paper de la família en la prevenció
d'addiccions** 
Dirigit a famílies.
Lloc: Polivalent Carrús.
Organitza: Projecte Home. Fundació Noray.

Dimarts 16 d'OCTUBRE

- 08:30 **VI Jornada de la salut en l'àmbit
comunitari: diagnòstic i propostes de
salut comunitària** 
Lloc: Hospital Universitari del Vinalopó.

Dimecres 17 d'OCTUBRE

- 09:30 **I després del part, què?** 
Lloc: Centre Sociocultural del Raval.
Organitza: Milagrosa González. Matrona Dept. de Salut Elx - General.
- 11:00 **Taller de relaxació** 
Lloc: Centre de Salut de l'Altet.
Organitza: Dept. de Salut Elx - Hospital General.
- 10:15 **Cuidadors de persones
dependents** 
Lloc: Centre Salut Carrús.
Organitza: Dept. de Salut del Vinalopó.
- 12:00 **Fotografia de bebès** 
Lloc: Seu de La Mama d'Elx, C/ Boix i Rosario, 2.
Organitza: La Mama d'Elx.
- 13:30 **Sexualitat femenina** 
Lloc: Centre Social Altabix.
Organitza: Dra. Susi Andreu Peral. Metgessa. Gestalista.
Psicoterapeuta corporal i de la sexualitat.
susi.andreuperal@gmail.com / 657 266 713

Dijous 18 d'OCTUBRE

- 09:30 **Marxa** 
Lloc: El Pinet / Eixida autobús: Centre Especialitzat d'Atenció a Majors d'Elx (Llar del Pensionista).
Organitza: Regidoria d'Esports.
INSCRIPCIÓ FINS AL 15 D'OCTUBRE
- 12:30 **Osteoprosi** 
Lloc: Centre de Salut de Carrús.
Organitza: Dept. de Salut del Vinalopó.
- 10:00 **Alimentació saludable** 
Lloc: Centre de Salut de Carrús.
Organitza: Dept. de Salut del Vinalopó.

Risoteràpia



- 12:00 Lloc: Centre Social Salvador Allende.
13:30 Organitza: Àngela García Ruíz. Psicòloga.

Donació de sang

- 16:30 Lloc: Centre de Salut del Pla.
20:30 Organitza: Centre de transfusions de la C. Valenciana.

Taller de ball llatí



- 17:00 Lloc: Centre Sociocultural Francesc Cantó.
18:00 Organitza: AMACMEC. C/ Olegario Domarco Seller, 93.

Menopàusia i salut sexual




- 17:30 Lloc: Centre de Salut Sant Fermí.
18:30 Organitza: Dept. de Salut Elx – Hospital General.

Taller de ioga



- 19:00 Lloc: Seu AMACMEC. C/ Olegario Domarco Seller, 93.
20:00 Organitza: AMACMEC.

Divendres 19 d'OCTUBRE

- 09:15 **Passeig saludable** 
Organitza: Regidoria de Benestar Social.
12:30 Eixida: Des de passarel·la.

Tornant a viure



- 10:15 Lloc: Centre Social d'Altabix.
11:30 Organitza: ADACEA.

Compartint vivències i experiències: trobades entre mares i iaies



- 10:30 Lloc: Centre de Salut de l'Altet.
12:00 Organitza: Dept. de Salut Elx – Hospital General.

Risoteràpia

- 13:00 Dirigit a empleats/des municipals. **Inscripció en Intranet.**
14:30 Lloc: Centre Social del Pla de Sant Josep.
Organitza: Servei mèdic.

Donació de sang

- 16:30 Lloc: Centre Social Polivalent de Carrús.
20:30 Organitza: Centre de transfusions de la C. Valenciana.