

ARUCAS

HACIA UN ENTORNO SALUDABLE

2011

es un programa de acciones formativas e informativas consolidado en nuestro municipio y ello se debe a la aceptación y participación de ustedes, que ciertamente son quienes han sustentado el esfuerzo de dar continuidad al mismo. No obstante, ya son más de 175 personas las que han acudido a las diferentes acciones que desde el Departamento de Sanidad y Consumo hemos desarrollado. Con la intención y la ilusión de seguir proponiéndole contenidos atractivos y de su interés, le ofrecemos esta tercera edición esperando contar con su participación.



ARUCAS

HACIA UN ENTORNO SALUDABLE

ACCIONES FORMATIVAS 2011

TALLERES

- *CUIDADOS DEL CUIDADOR:
TERAPIAS COMPLEMENTARIAS PARA
EL CUIDADO* *Mayo-Junio*
- *HIGIENE POSTURAL* *Mayo-Junio*
- *DESHABITUACIÓN TABÁQUICA* *Junio-Julio*

CICLO DE CHARLAS

- *LA SALUD DE LAS MUJERES*
- *HABLANDO DE STRESS* *Junio-Octubre*
- *MARCHA NÓRDICA Y LOS BENEFICIOS
DEL CAMINAR*
- *COMO PRACTICAR DEPORTE DE
FORMA SALUDABLE*
- *CICLISMO*

TALLERES

- *SOCORRISMO Y PRIMEROS AUXILIOS* *Octubre*
- *EDUCACIÓN PARA LA SALUD* *Noviembre*

CICLO DE CONFERENCIA: ADICCIONES NO TÓXICAS

- *ADICCIONES AL JUEGO (LUDOPATÍA)*
- *ADICCIÓN A LA COMIDA O
SOBREINGESTA COMPULSIVA*
- *ADICCIÓN A LAS COMPRAS*
- *ADICCIÓN AL TRABAJO* *Octubre - Nov.*
- *ADICCIÓN A LAS NUEVAS
TECNOLOGÍAS*
- *DE LA ADICCIÓN AL SÍNDROME
DE DEPENDENCIA*
- *ANSIEDAD*
- *DEPRESIÓN*

INFORMACIÓN

SANIDAD Y CONSUMO

Tlfs: 928 622 064 - 928 621 944

ORGANIZA



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE ARUCAS
Concejalía de Bienestar Social
Dpto. Sanidad y Consumo

COLABORAN



Servicio
Canario de Salud
CENTRO DE SALUD
DE ARUCAS



Sociedad Canaria de Salud Pública