

“DIABETES: protejamos nuestro futuro”

Semana de la Salud 2016



CHARLA «ALIMENTACIÓN SALUDABLE»

Imparte Dra. Pilar Klope (A.E.C.C.)

Día 31 de marzo de 2016 - 17:00 horas

Centro de Mayores. Paseo de la Estación, 5

ACTIVIDAD SALUDABLE

Actividad deportiva

Niñas y niños nacidos en 2010 y 2011

9:45 h. : juegos predeportivos

Para adultos y mayores de 65 años

11:00 h. : Estiramientos, Zumba, Taichi

Con la participación de Concejalía de Deportes

Realización Test Findrisk (determinación del riesgo de padecer diabetes tipo II)

Taller de RCP Básica

Con la participación de profesionales de Atención Primaria Arganda I, Cruz Roja, Concejalía de Salud Pública

Día 2 de abril de 2016

Carpas y escenario Era de Vedia. C/ Misericordia, s/n

CHARLA «CUIDADO DEL NIÑO DIABÉTICO»

USO DE INSULINAS, ALIMENTACIÓN, CUIDADOS DEL DÍA A DÍA

Imparten:

Dra. Carmen Temboursy Molina, jefe de Servicio de Pediatría del Hospital Universitario del Sureste

Dra. Raquel Villamor Martín, facultativa Especialista de Área del Hospital Universitario del Sureste

Día 4 de abril de 2016 - 17:00 horas

Café-Teatro del Enclave Joven. C/ Mar de Alborán, 1

Tu Ayuntamiento te recomienda:

Sigue una dieta saludable, rica en frutas y verduras.

Realiza ejercicio de forma habitual. Caminar 30 minutos al día es suficiente.

Controla tus niveles de azúcar y colesterol.

Más información en www.ayto-arganda.es