

ALMENDRALEJO

# XIII SEMANA DE LA SALUD

## Y IX SEMANA DEL MAYOR DEL 4 AL 8 DE OCTUBRE



# LUNES 4

10:00h-13:30h

## Mesas Informativas / de Lunes a Viernes

Admo-Donantes de Sangre / **Teléfono de la Esperanza** / Asociación Oncológica Tierra de Barros. **ADAFEMA. Taller de emociones.** / INCLUDES. Actividad "cómo vamos cambiando", "potenciando nuestras capacidades" y "mitos sobre el envejecimiento" **ALREX/AEXJER:** "AFA: taller de estimulación cognitiva / **AFENPAL: "Taller Siéntelo"** / **AFIBROAL:** "Enfermedades Invisibles" / **CRUZ ROJA . Exposición e interpretación ambulancia escolares y demostración de RCP.** / **DIABETAL:** información y taller pasapalabra para centros de secundaria / **Escuela de Cuidados y Salud. Programa Ciudad Saludable y Sostenible:** / PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO Y PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA / **HOGAR DE MAYORES:** "bingo de letras, Estimulación cognitiva, manualidades y adornos de navidad" / MENSAJEROS DE LA PAZ / **CENTRO UNIVERSITARIO SANTA ANA, TRABAJO SOCIAL / PUNTO VIOLETA:** Salud y Mujer, los condicionantes del genero en la salud

10:00h-13:30h

## Empresas Sociosanitarias

**RIBERA SALUD, SERVICIOS DEL FRESNO, ADIPER, SANDRA CASADO, SERVICIOS SOCIOSANITARIOS SAN JUDAS, CLINICA SAN BLAS.**

10:00h-11:00 h

## Sesión de Actividad Física

Con soporte musical, a cargo del Programa El Ejercicio te Cuida. A cargo de Bernardo Guerrero Aguilar)

11:00h:

## Acto Institucional Inaugural de la XII Semana de la Salud y IX semana del Mayor.

Lugar: en el Obrero Extremeño

11:30h - 13:00h:

## Itaca aventura.

Talleres de orientación y actividad física para escolares y mayores **Lunes a Viernes**

11:30h - 13:00 h:

## Live & Music Taller de baile / **Lunes y Jueves**

Lugar Obrero Extremeño

17:00h-19:00h:

## Charla informativa sobre proceso de donación

A cargo de ADMO. Para estudiantes de bachillerato y ciclos formativos.



## MARTES 5

10:00-13:00h

### "No le des la espalda a la Diabetes"

Taller para escolares, Lugar entrada Teatro Carolina Coronado. A cargo de DIABETAL.

10:00-13:00h

### Taller el termómetro de la violencia

A cargo de Oficina de Igualdad Ayto de Almendralejo.

11:00h-12:00h

### Autoexploración mamaria

Nociones básicas para detección precoz de cáncer de mama. A cargo de Asociación Oncológica Tierra de Barros, **Lugar: Obrero Extremeño**

19:30h

### Presentación calendario solidario 2022

Asociación Oncológica Tierra de Barros **Lugar: Museo de las Ciencias del Vino**. Aforo limitado a 48 personas.

## MIÉRCOLES 6

10:00h-11:00h:

### Charla adolescentes prevención del consumo de tabaco.

A cargo de Asociación Oncológica Tierra de Barros. Teatro Carolina Coronado

10:30h-11:30h

### Ayudas técnicas a la hora de comer.

Por Red habilita Logopedia y Terapia Ocupacional. **Lugar teatro Carolina Coronado**

11:00h-12:00h

### Charla Plan Mayor y seguridad

A cargo de cuerpo Nacional de Policía **Lugar Teatro Carolina Coronado**

11:00h-12:00h

### Programa de Radio

Con asociaciones Sanitarias de la localidad

12:00h-13:00h

### Pasapalabra activa tu mente

A cargo de Red habilita Logopedia y Terapia Ocupacional. **Lugar Obrero Extremeño**

19:00h - 20:30h

### Qué es la diabetes y cómo prevenirla

A cargo del Doctor Francisco Camariña Barrera  
**Lugar Centro Cívico Sala 1**



# JUEVES 7

10:00h-11:00h

## Sesión de Actividad Física con soporte musical

A cargo del Programa El Ejercicio te Cuida (Bernardo Guerrero Aguilar)

10:30 - 11:30h

## Demostración Cocina saludable con alimentos de temporada,

A cargo de la cocinera Teresa Muriel Melchor. **Salón del Obrero.**

11:00h-12:00h

## Charla " El valor del cuidador"

A Cargo de Manuel Isidro Guerrero Blanco, psicólogo de la residencia COMSER  
**Lugar: Teatro Carolina Coronado**

12:00h-13:00h

## Acto institucional Día mundial de la Salud Mental.

18:00-19:00h

## Charla sobre la sexualidad en la tercera edad.

A cargo de María Dolores Arroyo. De la Asociación Vuela librex.  
**Lugar teatro Carolina Coronado.**

# VIERNES 8

10:30 -11:30h

## Charla con deportistas de élite

Para alumnos de centros de secundaria. **Lugar Teatro Carolina Coronado**

11:00h-13:00h

## Charla "Recursos sociosanitarios para personas con deterioro cognitivo"

a cargo de Dña. Valle León Cascón, Trabajadora social del Residencia COMSER.  
**Lugar : Teatro Carolina Coronado**

## DESAYUNO PARA MAYORES

Acceso con invitación, podrán ser retiradas en el hogar de mayores y en los stands

# SÁBADO 9

10:00h- 13:00h

## Ruta Saludable Prehistórica.

A cargo de Asociación Oncológica Tierra de Barros, **Inscripciones 5 €:** incluye, agua y camiseta. Imprescindible Inscripción **previa en sede de asociación, tlf 630 084 947.**

# DOMINGO 10

## Iluminación del teatro Carolina Coronado

Para conmemorar el Día Mundial de la Salud Mental.

## Programa de Radio en RCB Durante la Semana de la Salud

Con las asociaciones sanitarias, para que expliquen sus servicios y su actividad en la localidad

