

Abril,

[el mes de la salut]

2019

TARRAGONA Saludable

Totes les activitats són gratuïtes,
algunes amb inscripció prèvia.



[Diumenge 31 de març]

PASSEJADA DE GOSSOS
De 10.30 h a 13 h
Punt de trobada plaça Corsini

Es farà un recorregut per la ciutat.

Adreçat a tots els públics que tinguin mascota.

Inscripció: al telèfon 977 21 11 89 o a la web del Col·legi Oficial de Veterinaris www.covt.cat.

Ho organitza: Col·legi Oficial de Veterinaris de Tarragona.

[Dilluns 1]

REHABILITACIÓ AQUÀTICA DEL LIMFEDEMA
De 12.30 h a 13.15 h
Piscines del Serrallo

Adreçat a dones que han patit un càncer de mama.

Inscripció: Associació contra el Càncer (av. Ramón y Cajal, 29, 1r).
Ho organitza: Associació Catalunya contra el Càncer (AECC).

[Dimarts 2]

CINEFÒRUM: MANOS MILAGROSAS
19 h
Saló d'actes del Col·legi Oficial de Metges de Tarragona

(Via de l'Imperi, 11 bis)

Adreçat a tots els públics.

No es necessita inscripció.

Ho organitza: Col·legi Oficial de Metges de Tarragona.

[Dimecres 3]

TALLER TEÒRIC I PRÀCTIC DE SUPORT VITAL BÀSIC

Tres tallers:

- De les 16 h a les 17 h

- De les 17 h a les 18 h

- De les 18 h a les 19 h

Col·legi Oficial d'Infermers i Infermeres de Tarragona.

(av. Pau Casals, 13, 5è pis)

Adreçat al públic en general (20 persones per taller).

Inscripció: al telèfon 977 23 95 19.

(s'ha d'indicar a quin taller es vol assistir: 1r, 2n o 3r).

Ho organitza: Col·legi Oficial d'Infermers i Infermeres de Tarragona.

[Dijous 4]

VII CAMINADA A BON PAS FEM SALUTA TARRAGONA
Concentració 17 h, sortida a les 17.30 h
Camp de Mart

Adreçat a tots els públics.

Inscripcions: als telèfons 977 22 41 51 / 977 21 11 89.

Més informació: promocio.tarragona@gencat.cat.

Ho organitza: Agència de Salut Pública al Camp de Tarragona, Consell Esportiu del Tarragonès, Esports URV i Col·legi Oficial de Veterinaris de Tarragona.

[Divendres 5]

IOGA EN FAMÍLIA
Hora: 18.30 h (duració: 1h)
Sala d'Educació del CAP Muralles

Adreçat a: famílies amb nens.

Inscripció: CAP Muralles (c. Escultor Verderol, s/n).

Telèfon 977 24 94 04.

Ho organitza: CAP Muralles.

[Dissabte 6]

IL·LUMINACIÓ DE LA FAÇANA DE L'AJUNTAMENT DE COLOR VERD
20 h
Plaça de la Font

Amb motiu del DIA MUNDIAL DE L'ACTIVITAT FÍSICA

[Diumenge 7]

6a TROBADA TARRACONINS SALUDABLES
Concentració a les 10 h i sortida a les 10.30 h de la pista de Skate del Parc del Francolí
Caminada fins al Pont del Diable a través del sender del Camí del Riu

Adreçat a famílies amb infants fins a 12 anys.

Inscripció i informació: www.tarraconins.cat.

Ho organitza: Servei de Promoció de la Salut i Club dels Tarraconins, amb Europe Direct.

[Dilluns 8]

ACTIVAT AMB TARRACOSALUT
9.30 h
Davant de l'entrada del CAP Jaume I

(c. Jaume I, 45)

Adreçat a públic general que vulgui fer exercici en companyia.

No es necessita inscripció, només cal acudir puntualment el dia de l'activitat.

Ho organitza: Associació TarracoSalut. Més informació al tel. 633 568 399.

CONFERÈNCIA: LA TERÀPIA PSICOLÒGICA, EINA PER MILLORAR EL TEU BENESTAR EMOCIONAL
De 19 h a 20.30 h

Sala d'Actes. Delegació de Tarragona del COPC

(av. Ramón y Cajal, 11, 1-2)

Adreçat a tots els públics.

Inscripció: www.copc.cat / copc.t@copc.cat / Telèfon 977 21 41 02.

Ho organitza: Delegació de Tarragona del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya (COPC).

[Dimecres 10]

CARPA DE PROMOCIÓ DE L'ALLETAMENT MATERN
De 10 h a 18 h
C. Colom

(lateral del Mercat Central)

Adreçada a: mares, pares i família, embarassades, i tota la població interessada.

No es necessita inscripció.

Ho organitzen: Col·legi Oficial de Farmacèutics de Tarragona, Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva (ASSIR) Tarragona - ICS, Xarxa Sanitària i Social de Santa Tecla, Centre d'Atenció Pediàtrica Rambla Nova - ICS, i Banc de Llet Materna del Banc de Sang i Teixits.

PRIMERS AUXILIS A LA LLAR

De 10 h a 14 h
Seu de la Creu Roja

(av. Andorra, 61)

Adreçat a públic general, edat mínima 16 anys.

Inscripció: www.cruzroja.es (formació, codi curs: 503842) o al tel. 977 24 50 62.

Ho organitza: Creu Roja Tarragona.

[Dijous 11]

HÀBITS SALUDABLES (dieta i activitat física)
De 10.30 h a 12.30 h
CAP JAUME I

(c. Jaume I, 45)

Adreçat a públic general.

Inscripció: al taulell d'atenció a l'usuari del CAP Jaume I.

Ho organitza: Centre Atenció Primària Jaume I.

PÍNDOLA PEDAGÒGICA:

"CELIAQUIA I PEDAGOGIA"

De 17.30 h a 19 h

Seu del COPEC-TARRAGONA

(Rambla Nova, 12, 1r 2a)

Adreçat a: professionals de la pedagogia i psicopedagogia, professorat, mestres, educadors i públic general interessat en la celiaquia.

Inscripcions: www.pedagogs.cat/cursos.asp.

Ho organitza: Vocalia de Tarragona del Col·legi de Pedagogs de Catalunya (COPEC), amb l'Associació de Celiaquia de Catalunya.

MÉS INFORMACIÓ: www.tarragona.cat i a Tarragona Ràdio (96.7) els dilluns a les 11.30 h.

