

Día Mundial de la Salud 2017

Depresión: HABLEMOS

Organizado por las áreas de Unidad de Promoción de la Salud,
Plan Municipal de Drogas, Laboratorio Municipal y Consumo,
adscritas a la Concejalía de Salud y Consumo.

Tu Ayuntamiento recomienda:

Si la vida nos da limones... ¡hagamos limonada!

La depresión en soledad no, mejor con tu gente

En estados de desánimo, siempre ... vitaminas A, B y C

Abrazos, Besos y Caricias...: van genial

Hoy puedes ser tú y mañana yo, pidamos ayuda. HABLEMOS

PROGRAMA

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A CENTROS EDUCATIVOS

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS

LUGAR: Concejalía de Salud
C/ Santiago Nº 13 (Centro Municipal de Salud)

3 Y 4 DE ABRIL: Alumnos 5º E.P.O

Actividades:

- "Juego de la Salud"
- "La botella fumadora"
- "Me siento bien"

Horarios:

- Pase 1: 10 a 11 h.
- Pase 2: 11,15 a 12,15 h.
- Pase 3: 12,30 a 13,30 h.

5 DE ABRIL: Alumnos 2º E.S.O.

Actividades:

- "Toma cartas en el consumo responsable".
- Exposición Laboratorio Municipal y Salud Pública"
- Proyección del vídeo: #NOMEIGNORES (OFM)

Horarios:

- Pase 1: 9 a 11 h.
- Pase 2: 11,15 a 13,15 h.

INSCRIPCIONES:

Concejalía de Salud
Teléfono: 918771740

La participación se adjudicará por riguroso orden de inscripción

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A POBLACIÓN GENERAL

MARTES 4 DE ABRIL

• 11:00 horas

Charla: "Apoyo psicosocial en personas cuidadoras: Beneficios, limitaciones y consecuencias"
Participan: Valentina Llano Fernández (Trabajadora Social) y Esther Martín (Enfermera)
Lugar: Centro de Salud Puerta de Madrid

MIÉRCOLES 5 DE ABRIL

• 17:00 horas

Charla: "Manejo de las emociones" dirigido a mujeres de 45 a 60 años
Participan: Irene Oteiza y Salomé Ríos (Enfermeras)
Lugar: Centro de Salud de Juan de Austria

• 18:00 horas

Mesa redonda: "El camino al bienestar, me fortalece"
Participan: Salvador Ruiz Murugarren (Psiquiatra del HUPA), Santiago Moreno Larriba (Psicólogo Concejalía de Igualdad), Ana Isabel Galve (Psicóloga colaboradora con la Concejalía de Igualdad), Alba Colange Izquierdo (Psicóloga colaboradora ASME)
Modera: Diana Díaz del Pozo, Concejala Delegada de Educación, Salud y Consumo.
Lugar: Salón de actos del Centro Municipal de Salud.
C/ Santiago 13

JUEVES 6 DE ABRIL

• 9:00 – 13:00 horas

Charla: "Hablemos de depresión"
Participa: Mercedes Araujo (Enfermera)
Lugar: Centro de Salud Manuel Merino

• 11:00 – 12:30 horas

Charla: "Mindfulness para la vida diaria"
Participan: Dra. Marián Núñez Calvo, María Ángeles Almodóvar López y Sara Rincón Troya (Enfermeras)
Lugar: Salón de Actos del Centro Municipal de Salud
C/ Santiago 13

• 12:30 horas

Actividad: Paseo Saludable
Participan: Profesionales de enfermería del Centro de Salud María de Guzmán
Salida: Centro de Salud María de Guzmán

• 12:45 - 14:00 horas

Charla: "Pautas de manejo del estrés"
Participan: Teresa de Francisco y Mª Jesús García (Enfermeras)
Lugar: Salón de Actos del Centro Municipal de Salud.
C/ Santiago 13

• 18:30 horas

Charla: "Estrés y técnicas de relajación"
Participan: Carolina Garrido, Cristina Carrero (Enfermeras) e Iván Fernández (Enfermero).
Lugar: Centro de Salud Nuestra Señora del Pilar

VIERNES 7 DE ABRIL

• 16:00 - 20 30 horas

Mesas informativas de Asociaciones de Ayuda Mutua
Lugar: Plaza de Cervantes
Colaboran: Salud Pública, Cruz Roja y Asociaciones de Ayuda Mutua de Alcalá de Henares

• 16:00 – 17:30 horas

Actividad: "Menús para cumpleaños saludables".
Dirigido a niños de 8 a 10 años (20 plazas) y mesa informativa para familias
Participa: Enfermería del Centro de Salud Miguel de Cervantes
Lugar e inscripciones:
Centro de Salud Miguel de Cervantes