



Concello de Cangas

## XORNADAS PARA A SAÚDE 2016

Cangas, 01/12/2016

A Concellaría de Servizos Sociais, Igualdade e Sanidade, a través dos departamentos de prevención, CIM e CMBS, vai organizar as XVII Xornadas de Educación para a Saúde que terán lugar os días 13, 14, 20, e 21 de decembro na Sala de Exposicións do Auditorio Municipal. Estas xornadas están dirixidas tanto a homes como a mulleres co obxectivo de traballar sobre hábitos de vida saudables.

Partimos da concepción de que a saúde é o grao de benestar físico, mental e social coas persoas e coa sociedade nun momento determinado. A Saúde e a enfermidade non son acontecementos que ocorran exclusivamente no espazo privado da nosa vida persoal. A calidade de vida, o coidado e a promoción da saúde, a prevención, a rehabilitación, os problemas de saúde, e a morte mesmo acontecen no denso tecido social e ecolóxico no que transcorre a vida das persoas. A saúde, o seu cultivo, o seu deterioro ou a súa perda están inexorablemente ligados aos modos de vida social, aos riscos e retos medioambientais, aos alimentos consumidos, á vida produtiva, á distribución desigual dos recursos socioeconómicos e en definitiva, ao espazo público no que vive a xente, as organizacións e as comunidades.

Os obxectivos a seguir son:

- Crear un marco de debate e reflexión sobre temas de saúde.
- Ofrecer recursos informativos para a adquisición de coñecementos en temas de saúde.
- Fomentar a participación cidadá.
- Favorecer a adquisición de hábitos favorables e respectuosos co noso medio ambiente.
- Promover a igualdade na prevención.

As Xornadas están divididas en 4 obradoiros. Para participar é necesario inscribirse (de balde) podendo participar no número de obradoiros desexados.

### Martes 13 de decembro

- O amor romántico perxudica seriamente á saúde. Débora Baz Rodríguez. Educadora sexual. Gabinete de formación Amaturi.

### Mércores 14 de decembro

Equilibra o teu corpo físico, emocional e mental coa práctica do ioga. Pilar Chapela. Profesora de ioga e terapeuta Gestalt.



**Concello de Cangas**

Martes 20 de decembro

Ximnasia corporal para o equilibrio cerebral. Jose Calvar Parada. Osteópata en Espacio SEM.

Mércores 21 de decembro

Obradoiro de movemento orgánico. Maite Campos. Pedagoga especialista en técnicas corporais.

Para máis información e para inscribirse as persoas interesadas deberán dirixirse ao Centro Municipal de Benestar Social, antes do 12 de decembro en horario de 8:30 a 15:00 horas (Rúa Andalucía 3-Baixo, 986392266).

*Gabinete de comunicación*