

14a SETMANA DE LA SALUT

“Mens sana in corpore sano”

Maig 2012

Dilluns 7

- **D'11.30 a 13 h:**
Xerrada: *Aliments per a la memòria*.
Quins aliments poden millorar la memòria i el benestar?
A càrrec del doctor Francesc Montañá Puig. Laboratoris Angelini.
Lloc: Casal de Cultura Robert Brillas, 1r pis (rambla Àngel Guimerà, 38).
- **A les 18.30 h:**
Inauguració de l'exposició: *La meva mascota no hem deixa sol*.
A càrrec del artistes de l'Escola Municipal d'Art.
Lloc: Edifici Municipal Puig Coca.
- **De 19 a 20 h:**
Concert: *La música font de salut*.
A càrrec de grup de guitarres jove de l'Escola Municipal de Música, dirigit pel professor Josep Guasch.
Lloc: Edifici Municipal Puig Coca, sala d'actes (c. Vallerona, 25).

Dimarts 8

- **D'11.30 a 13 h:**
Xerrada–taller: *Bar de la salut, com passar-s'ho bé sense gota d'alcohol i Efectes de l'alcohol en l'organisme i temps d'eliminació*.
A càrrec de la doctora Montse Curucelaegui i de l'Associació d'Amics i Familiars de Toxicòmans (AAFT).
Lloc: A. Dones La Plana (c. Bruc, 40).
- **D'11 a 12.30 h:**
Xerrada: *Sanar les emocions*.
A càrrec de la doctora Inma Nogués, del CAP Lluís Millet.
Lloc: Edifici Municipal Puig Coca, sala d'actes (c. Vallerona, 25).
- **De 17 a 18.30 h:**
Xerrada–taller: *Bar de la salut, com passar-s'ho bé sense gota d'alcohol i Efectes de l'alcohol en l'organisme i temps d'eliminació*.
A càrrec de la doctora Montse Curucelaegui i de l'Associació d'Amics i Familiars de Toxicòmans (AAFT).
Lloc: Associació de Dones El Taller. Can Vidalet (c. Molí, 1).
- **De 17.30 a 19.30 h:**
9è Curs de formació per a cuineres i monitors de menjador: *Higiene i manipulació d'aliments*.
Xavier Vélez.
Lloc: Casal de Cultura Robert Brillas, 1r pis, edifici antic (c. Àngel Guimerà, 38).

Dimecres 9

- **De 12 a 13 h:**
Presentació del treball de fi de curs i entrega de diplomes a la 8a promoció de Joves Agents de Salut.
Organitza: Ajuntament amb la col·laboració de la Diputació de Barcelona.

Lloc: IES La Mallola (c. Andreu Amat, s/n).

- **De 18 a 19 h:**
Xerrada No estic sol. Animals de companyia i benestar emocional.
A càrrec de Marta Masmitjà, de la Protectora d'Animals de Mataró.
Lloc: Casal de Cultura Robert Brillas, jardins (c. Àngel Guimerà, 38).
- **De 18.30 a 20.30 h:**
Taller Cuina sense pares. Donar informació al jovent sobre com elaborar plats sans i gustosos per gaudir-ne sols o amb amics, tot fent una cuina de forma senzilla i divertida.
Organitza: Ajuntament amb la col·laboració de la Diputació de Barcelona.
Lloc: Casal de Cultura Robert Brillas, cuina del 1r pis (c. Àngel Guimerà, 38).
Places limitades per ordre d'inscripció a l'Oficina Jove d'Emancipació (Casal de Cultura Robert Brillas, tel. 661 987 690).

Dijous 10

- **De 18 a 19 h:**
Xerrada: Aliments imprescindibles per viure, pensar i ser feliç.
Som el que mengem, per viure millor hem de menjar millor.
A càrrec de la doctora Pilar Senpau, metgessa, dietista i comunicadora.
Lloc: Casal de Cultura Robert Brillas, sala d'actes del 1r pis, edifici antic (c. Àngel Guimerà, 38).
Aquest acte forma part de *Dijous de les Dones*.

Divendres 11

- **D'11 a 12 h:**
Xerrada Equilibri emocional i trastorns alimentaris.
Controlar excessivament el que ingerim es converteix en una obsessió i un patiment que pot comportar-nos greus problemes de salut, físics i psicològics.
A càrrec de la doctora Montse Curucelaegui, metgessa de l'Ajuntament d'Esplugues.
Lloc: Edifici Eugeni D'Ors, aula PQPI (c. Cedres, 38).
- Exposició *La meva mascota no hem deixa sol.*
Del 7 al 25 de maig.
Inauguració: dilluns 7 de maig, a les 18.30 h. a l' Edifici Municipal Puig Coca.
A càrrec del artistes de l'Escola Municipal d'Art.

Diumenge 13

- **FIRA DE LA SALUT**
Mostra d'entitats vinculades a la salut i de les activitats que desenvolupen en benefici de tothom.
Entitats:
 - Alcer
 - ARE (Alcohòlics rehabilitats d'Esplugues)
 - Associació d'Amics i Familiars de Toxicòmans (AAFT)
 - Associació de Familiars d'Alzheimer del Baix Llobregat (AFA)
 - Associació de lluita Contra el Càncer (ACC)
 - Associació de Familiars de Malalts Mentals del Baix Llobregat
 - Banc de teixits i transplantaments de Catalunya-Donació de sang
 - Creu Roja d'Esplugues
 - Institut Català de la Salut CAP Lluís Millet
 - Associació GUAU-Esplugues