

21, 22 y 23
OCTUBRE



II Feria de la **SALUD** Monegros Centro

Actividades, feria y charlas
en Lanaja, Sena y Sariñena

Sariñena

II Feria de la
SALUD
Monegros Centro



Miércoles, 21 de octubre

9 h. Simulacro de accidente de tráfico con la participación del *Club Ciclista Sariñena, Emergencias 061 Aragón, Bomberos de la DPH, Guardia Civil, Protección Civil, Cruz Roja, Servicios Sociales Comarcales y personal sanitario del EAP del CS de Sariñena.*

12 h. Debriefing sobre el simulacro.

Jueves, 22 de octubre

16 h. Cada toma cuenta: adherencia terapéutica, uso seguro de los medicamentos y Spd. M.^a José Julián (farmaceútica).



17 h. Manipulación y conservación de los alimentos. Eva Letosa (veterinaria de zona).

18 h. Dificultades de aprendizaje en la infancia; detectar, comprender y acompañar. Conecta Rural (Fundación Valentia) Ponentes: Elisa Royo, Loreto Monaj y Marina Morales.



Viernes, 23 de octubre

TALLERES Y CHARLAS en la plaza Mezín:

10 h: Taller RCP.

Cruz Roja Sala frente a la biblioteca.

10:30 h. Riesgos de Internet. Prevención y Consejos. Guardia Civil Sariñena.

11 h. Mesa de voluntariado, con la participación de Cruz Roja AECC y Cáritas. Personas de estas Asociaciones nos contarán su experiencia como voluntario o voluntaria a una vida más activa.

11 h. Taller de baile en línea y taller de baile en silla (para personas con movilidad reducida). Zona de carpas. Pepe y Raquel.

12 h. Mesa de voluntariado, con la participación de Cruz Roja, AECC y Cáritas. Personas de estas Asociaciones nos contarán su experiencia como voluntario o voluntaria a una vida más activa.

12 h. Juego del Trivial Salud en la biblioteca.

12h. Taller de baile de salón. Zona de carpas. Pepe y Raquel.



Viernes, 23 de octubre

13 h. Taller de espalda sana. Isabel Rodriguez.
Fisioterapeuta. Sala frente a la biblioteca.

13:30 h. Taller RCP. Cruz Roja
Sala frente a la biblioteca.

**16:30 h. El cuerpo habla
y si no lo escuchas, grita.**
Noelia Carrera. Enfermera y PNI.

Canta Conques

17:30 h. Presentación del libro
Un cuerpo rebelde, una vida infinita,
de Ignacio Almudévar.

Canta Conques

**18:30 h. Más allá de los 10.000 pasos:
los beneficios de la salud
de entrenar fuerza.**
Carlos Villellas. Graduado
en CAFD Y 4.º Fisioterapia.



Sena

II Feria de la
SALUD
Monegros Centro

Sena

Jueves, 22 de octubre

**Taller de saquitos de semillas
a lo largo de la mañana**
impartido por Elisenda.

AECC. Mesa informativa.

9 h. Desayuno saludable.

**10 h. Manipulación y conservación
de los alimentos.** Eva Letosa.
Veterinaria de zona.

11 h. Presentación del programa Vivifrail por
parte de las profesionales de la salud:
Nieves Güerre, Geriatra y Médica de familia
y Comunitaria y Pilar Ballarín, enfermera.

**12 h Cada toma cuenta: adherencia terapéutica,
uso seguro de los medicamentos y Spd.**
M. José Julian Pascual, farmacéutica.



Lanaja

II Feria de la
SALUD
Monegros Centro

Lanaja

Jueves, 22 de octubre

Centro de Día.

De 10 h a 14 h. MESAS informativas sobre VIVIFRAIL, CÁRITAS, CRUZ ROJA, FARMACIA, PETANCA, COFRADÍA, AECC.

Almuerzo saludable.

10 h. Inauguración de la Feria a cargo de Inés Alberro (MAP de Lanaja).

10:10 h. Bailes en linea.

11 h. Taller RCP. Cruz Roja.

12 h. Manipulación y conservación de los alimentos.
Eva Letosa. Veterinaria de zona.

Bailes en linea.

13 h: ¡Cuídate para vivir tu mejor versión!

Eva Arazo e Inés Alberro, enfermera y médica de FyC.
Centro de Salud: Vivifrail. Programa dirigido a mayores de 70 años para la valoración.



Colaboran:

