

ESCUELA DE SALUD

SESIONES:

- Jueves 10 de octubre Horario 9,30h-11.00h

Promoción de la Salud y hábitos saludables

- Jueves 17 de octubre Horario 9,30h-11.00h

Gestión emocional

- Jueves 24 de octubre Horario 9,30h-11.00h

Alimentación saludable

- Jueves 31 de octubre Horario 9,30h-11.00h

Género y Salud

- Jueves 7 de noviembre Horario 9,30h-11.00h

Prevención de accidentes y primeros auxilios

- Jueves 14 de noviembre Horario 9,30h-11.00h

Sesión de relajación

- Jueves 21 de noviembre Horario 9,30h-11.00h

Higiene del sueño

- Jueves 28 de noviembre Horario 9,30h-11.00h

Cuidados de la memoria. Prevención del Deterioro cognitivo