

FERIA DE LA SALUD 2022

DEL 1 AL 9 DE ABRIL DE 2022



SALUD MENTAL: *hablemos*

esperanza

ira

alegría

tristeza

Viernes 1 de abril

● **"FORTALECIENDO MENTE Y CUERPO EN LA COMUNIDAD"**

Taller: "Conociendo nuestros alimentos: Nutrición saludable a través del método del plato"

Hora: 10:00h a 10:30h y 11:00h a 11:30h

Lugar: Centro de Salud Nuestra Señora del Pilar

Población a la que va dirigido: adultos

● **TALLER: "MANTENTE ACTIVO: FORTALECE TU CORAZÓN Y TU MENTE A TRAVÉS DEL EJERCICIO"**

Hora 10:30 a 11:00h y 11:30h a 12:00h

Lugar: Centro de Salud Nuestra Señora del Pilar

Población a la que va dirigido: adultos

● **MESAS INFORMATIVAS DE ASOCIACIONES DE AYUDA MUTUA DE ALCALÁ DE HENARES**

● **ACTIVIDADES MUSICAL**

Batukada a cargo de "Tupujume" de 18:45h a 19:15h

Lugar: Plaza de Cervantes

Hora: 17:00h a 20:30h

Colabora: Cruz Roja y Asociaciones de Ayuda Mutua de Alcalá de Henares

Lunes 4 de abril

● **BENEFICIOS DE LA NATURALEZA EN EL CONTROL DEL ESTRÉS**

Lugar: Entrada Jardín Botánico de Alcalá de Henares (Calle 36 del Campus Universitario)

Hora: 11:00 h

Población a la que va dirigida la actividad: adultos

Aforo: 15 personas

Realizan la actividad: Centro de Salud Miguel de Cervantes en colaboración con el Jardín Botánico de Alcalá

● **ACTIVIDAD – CONFERENCIA: "ASPECTOS PSICOLÓGICOS DEL CÁNCER"**

Lugar: Salón de actos de la Concejalía de Salud

Hora: 18:00h a 19:30h

Interviene: Lydia Sanz (Psico-oncóloga)

Organiza la Asociación: A.E.C.C.

Martes 5 de abril

● **TALLER "MANTÉN TU MENTE ACTIVA"**

Lugar: Centro de Salud de Juan de Austria

Hora: 10:00h a 12:00 h y de 12:00h a 14:00h

Población a la que va dirigido: personas mayores

● **"LOS MAYORES ONLINE: APPS SANITARIAS"**

Lugar: Centro de Salud Carmen Calzado

Hora: 17:00h a 19:00h

Población a la que va dirigido: personas mayores

● **ACTIVIDAD: "LA SALUD MENTAL EN FIBROMIALGIA Y VICEVERSA" RELATOS CORTOS.**

Lugar: Concejalía de Salud

Hora: 17:00h a 18:00h

Organiza: Asociación Fibroalcalá

● **MESA REDONDA: "EL TRASTORNO MENTAL GRAVE EN LA SOCIEDAD ACTUAL"**

Lugar: Salón de Actos de la Concejalía de Salud

Hora: 18:00 h

Ponentes: Ana Moreno, psiquiatra - jefa de servicio del Área de Gestión Clínica del hospital Príncipe de Asturias.

Ana Rodenas, psicóloga presidenta de la Asociación de Salud Mental Madrid ASME. Juan González Cases, Director del Centro de Rehabilitación Psicosocial de Alcalá de Henares.

Organiza: La Asociación ASME

Miércoles 6 de abril

● **FOMENTAMOS NUESTRO BIENESTAR A TRAVÉS DEL AUTOCUIDADO: RELAJACIÓN Y PASEO SALUDABLE**

Lugar: Centro de Salud de Nuestra Señora del Pilar

Hora: 11:00h a 11:30h Relajación -11:30h Paseo Saludable

Población a la que va dirigido: adultos

● **VISITA DE PUERTAS ABIERTAS A LOS HUERTOS DE LA PLATAFORMA DE AGRICULTURA URBANA SOSTENIBLE DE ALCALÁ DE HENARES**

Lugar: parque de la isla del colegio

Hora: 12:00h a 14:00h

Población a la que va dirigido: adultos

Organiza: Asociación ASME

● **TALLER DE RELAJACIÓN Y MINDFULNES**

Lugar: Centro de Salud María de Guzmán

Hora: 12:30h a 13:30h

Población a que va dirigido: población general

Colabora: Equipo de Salud Mental del Hospital Príncipe de Asturias

● **TALLER DE PRIMEROS AUXILIOS**

Lugar: Centro de Salud Puerta de Madrid

Hora: 16:00h

Población a que va dirigido: mayores de 18 años

● **EDUCACIÓN EMOCIONAL A TRAVÉS DE LOS CUENTOS**

Lugar: Salón de Actos de la Concejalía de Salud

Hora: 18:00h

Organiza: Cruz Roja

Población a la que va dirigido: familias y profesorado

Jueves 7 de abril

● **"ESTIRA Y RESPIRA"**

Lugar: Centro de Salud Juan de Austria

Hora: 10:00h a 12:00h y 12:00h a 14:00h

Población a la que va dirigido: adultos y mayores

● **TALLER DE SALUD MUJER Y GÉNERO**

Lugar: Centro de Salud María de Guzmán

Hora: 12:30h a 14:30h

Población a la que va dirigido: mujeres de cualquier edad

Colabora: Equipo de Salud Mental del Hospital Príncipe de Asturias

● **LOS MAYORES ONLINE: APPS SANITARIAS**

Lugar: Centro de Salud Carmen Calzado

Hora: 17:00h a 19:00h

Población a la que va dirigido: personas mayores

● **MESA REDONDA "SALUD MENTAL: HABLEMOS"**

Lugar: Salón de Actos de la Concejalía de Salud

Hora: 17:30h

Ponentes: Roció Moreno, representante de AMPAS

en el Consejo Escolar Municipal, Manuela Capa, Orientadora del I.E.S. Complutense de Alcalá de Henares, Mar Martín y Ana Madrigal, Psicólogas clínicas del Servicio de psiquiatría del hospital Universitario Príncipe de Asturias.

Organiza: La Unidad de Promoción de Salud, de la Concejalía de Salud del Ayuntamiento de Alcalá de Henares

Viernes 8 de abril

● **"TALLER DEL REVÉS, CONOCIENDO NUESTRAS EMOCIONES"**

Lugar: Centro de Salud María de Guzmán

Hora: 12:30h a 14:00h

Población a la que va dirigido: población general

Colabora: Equipo de Salud Mental del Hospital Príncipe de Asturias

Sábado 9 de abril

● **ACTIVIDADES DE OCIO DEL PROGRAMA MUNICIPAL OFM**

Actividad: El juego del OTI-MAR

Lugar: polideportivo El Val

Hora: 17:00h

● **EN ABRIL JUEGOS MIL**

Lugar: Casa de la Juventud

Hora: 17:00h

● **TORNEO CUBO RUBIK, "A TODO COLOR, TEN TU MENTE ACTIVA"**

Lugar: Casa de la Juventud

Hora: 16:00h

