

Mes de Salut

Novembre 2018 a Riudaura

Dissabte 3



SESSIÓ DE IOGA

Sira Capdevila, professora de ioga.
Cal portar màrfega

Hora: 10h a l'Escola Lluís Castells

Diumenge 4



VOLS ELIMINAR LES PORS INCONSCIENTS I LES FÒBIES? VINE A LA 1ª SESSIÓ DE TIPI (TÈCNICA D'IDENTIFICACIÓ DE PORS INCONSCIENTS)

Jaume Alsina Masriera, terapeuta

Hora: 11h a l'Escola Lluís Castells

Divendres 9



INAUGURACIÓ NOU DISPENSARI DE RIUDAURA.

Hora: 20h Antiga Escola de Riudaura

Dissabte 10



SESSIÓ DE BIODANSA (GESTIÓ DE LES EMOCIONS A TRAVÉS DE LA DANSA)

Ester Garcia, professora i facilitadora de Biodansa
Cal portar màrfega

Hora: 11h a l'Escola Lluís Castells

Diumenge 11



DONACIÓ DE SANG

Hora de 10 a 13h a l'Escola Lluís Castells



XERRADA PRIMERS AUXILIS EN PEDIATRIA

Dra. Anna Habimana, pediatra a l'Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona.

Hora: 17h a l'Escola Lluís Castells

Divendres 16



2a SESSIÓ DE TIPI (TÈCNICA D'IDENTIFICACIÓ DE LES PORS INCONSCIENTS)

Jaume Alsina Masriera, terapeuta
Es recomana haver assistit a la 1a sessió

Hora: 20h a l'Escola Lluís Castells

Dissabte 17



XERRADA-TALLER DE DANSA DEL VENTRE, BENEFICIS MÉS ALLÀ DE L'ESPECTACLE

Isabel Curós, Fisioterapeuta, Professora de ioga, ioga perinatal, nens i família i professora de dansa del ventre

Hora: 10.30h a l'Escola Lluís Castells



SESSIÓ DE TRITERÀPIA (NETEJA I SANACIÓ ENERGÈTICA)

Muntsa Planagumà, Esther Galobardes, Xevi Cordoní, terapeutes.

Hora: de 18h a l'Escola Lluís Castells

Diumenge 18



CAMINADA SALUDABLE A ST.ANDREU DEL COLL

Coneixem l'ermita de Riudaura. Cal portar esmorzar i qui vulgui carmanyola per quedar-s'hi a dinar.
Durada caminada: 1,45h

Sortida: 9.30h des de la Pça del Gambeto

Dissabte 24



EXCURSIÓ AL CENTRE LÚDIC TERMAL MAGMA

PREUS : Nens de 2 a 4 anys gratuït, nens de 5 a 12 anys 30 €, a partir de 13 anys 45€
Inscripcions a l'Ajuntament fins el 18/11
(poden assistir nens a partir dels 2 anys, fins a 5 anys és obligatori l'ús de maneguets d'aigua)

Sortida: 9h des de la parada del Bus

Diumenge 25



TU TAMBÉ POTS SALVAR VIDES... TALLER DE REANIMACIÓ CARDIO-PULMONAR BÀSICA I FUNCIONAMENT DEL DESFIBRILADOR

Beto Guillermo, Infermer del Servei d'Urgències de l'Hospital d'Olot i Comarcal de la Garrotxa

Hora: 11h a l'Escola Lluís Castells

Organitza



Ajuntament de Riudaura

Àrees de Salut i Benestar Social

Col·labora

