

# III JORNADAS DE SALUD COMUNITARIA LA ALJORRA

DEL 4 AL 7 DE ABRIL DE 2022



Durante toda la semana: Ruta de la tapa saludable, Recetario meriendas saludables, "Camina hacia tu comercio", Noticias del herbolario, El buen consejo de tu farmacéutico en redes sociales

## ACTIVIDADES PREVIAS A LAS JORNADAS DE SALUD COMUNITARIA

DEL 25 DE MARZO AL 4 DE ABRIL

### VIERNES 25

Taller está en tu mano: stop mensajes de odio  
CEIP Aljorra

**18:00 Cuentacuentos** "Los alimentos son mágicos"

Organiza: Biblioteca Aljorra.  
Lugar: Centro Cívico

### LUNES 28

Taller mural grafiti "Está en Tu Mano"  
CEIP Aljorra

### MARTES 29

Entorno natural y salud. Taller de sensibilización medio ambiental y reciclaje  
CEIP Miguel de Cervantes

### VIERNES 1 DE ABRIL

Taller de rap "Está en tu mano"  
CEIP Aljorra

### LUNES 4

#### JORNADA DE INAUGURACIÓN

Club de mayores

**10:30** Presentación Semana

**10:45** Exhibición gerontogimnasia

**11:00** Música en directo.

M<sup>o</sup> José Martínez García interpretará una selección de piezas al violonchelo.

**11:15** Taller de tapas fáciles y saludables. Asoc. Comerciantes Colaboran los chef de:

- Las cazuelas de Antoñina
- Julitos Pan y Pizza
- Panadería La Entrada
- Canana L.A. Brewpub

**17:00 Carnet manipulador alimentos.**

Organiza: ASAC  
Lugar: Centro cívico

### MARTES 5

**9:00** Ruta del CEIP Aljorra a la plantación de la Cabezueta.

Colabora: Pulmón Aljorroño, Consultorio médico, Asac, Elaboración monas de pascua

Escuela Infantil La Aljorra  
Charla salud bucodental  
CEIP Miguel de Cervantes  
Taller agricultura y alimentación  
Taller de juegos rotativos  
CEIP Aljorra  
**17:00 Taller estimulación cognitiva.**  
Imparte: Cruz Roja  
Local Asociación de la Mujer

### MIÉRCOLES 6

**9:00** Ruta del CEIP M. Cervantes a la plantación de la Cabezueta.  
Taller "Conociendo y recuperando el Rio Segura y el bosque de ribera"  
Taller "Aprendemos a jugar al padel"  
CEIP Aljorra

Charla primeros auxilios  
CEIP Miguel de Cervantes  
Desayuno chocolate con monas de elaboración propia  
Escuela Infantil La Aljorra

**10:30** Taller "La soledad en mayores"

Imparte: Servicios Sociales  
Lugar: Club de Mayores

**17:30** Charla "Prevención accidentes en el hogar".

Imparte: Cruz Roja  
Lugar: Club de mayores

### JUEVES 7

Juegos saludables en el Campo de fútbol Luís Guasch  
CEIP Miguel de Cervantes  
Deportes y juegos rotativos  
CEIP Aljorra

Jornada de Convivencia.  
Preparación de tapas saludables  
Escuela Infantil La Aljorra

#### ESPACIO SALUD Y PREVENCIÓN

Durante toda la mañana, en el entorno del consultorio médico, stand informativo:

- Nutrición y salud
- Consejos de la herboristería
- Salud materno infantil
- Campaña soledad en mayores
- Antirumores
- El valor de las legumbres en la alimentación.

**12:30** Práctica de Chi Kung.

Imparte: Cari Nicolás  
Colabora: Asoc. de la Mujer

