

# V

Jornadas de

# SALUD COMUNITARIA



del 15 al 19 de abril de 2024

# La Aljorra



Salud



Convivencia



Bienestar

**Lunes, 15**

## INAUGURACIÓN OFICIAL

**Centro Cívico**

**A partir de las 10.30 h.**

- Inauguración oficial de las Jornadas de Salud Comunitaria.
- Exhibición de **gerontogimnasia**.
- **Números musicales** del alumnado de ambos centros educativos.
- **Entrega de diplomas** III Juegos Intercentros.
- **Degustación de las tapas saludables** de los establecimientos hosteleros participantes.

**1.**  
auto cuidado

**Martes, 16**

## SALUD INTERGENERACIONAL

**Centro Cívico. Pistas deportivas**

**A partir de las 10 h.**

- Talleres de costura, para el alumnado de 6º del CEIP Aljorra y del CEIP Miguel de Cervantes.
- Juegos intergeneracionales.
- Animación con zumba.

**2.**  
pedir ayuda cuando la necesitamos

**Miércoles, 17**

## SALUD MEDIOAMBIENTAL

**A partir de las 9.30 h.**

- Ruta senderista infantil y primaria CEIP Aljorra. Con **juegos tradicionales**. Guía de la Flora, Fauna y Patrimonio de La Aljorra.

**3.**  
manejo del estrés

Imágenes Saludables en nuestras redes sociales y webs, desde Cáritas. Equilibrio Emocional: el camino hacia tu bienestar.

**Jueves, 18**

## SALUD EMOCIONAL: PARTICIPACIÓN, CONVIVENCIA Y RISOTERAPIA

**Por la mañana**

- **Desayunos Saludables** en el CEIP Aljorra y CEIP Miguel de Cervantes.
- **Elección propuesta.** Presupuestos Participativos CEIP Miguel de Cervantes y CEIP Aljorra.

**A las 10.30 h. En Escuela infantil**

- **Convivencia intergeneracional.**

**A las 17 h. En Asociación de la Mujer**

- Talleres de Risoterapia, para personas mayores y mujeres.

**A las 17 h. En Centro Cívico. Pistas deportivas**

- Juegos Juveniles.

**4.**  
gratitud

**Viernes, 19**

## SALUD MEDIOAMBIENTAL

**A las 9.30 h. En patio del Centro Escolar.**

- **Mueve y Respira.** Tabla y pautas de ejercicios guiada por los profesionales del Consultorio Médico. (para Primaria del CEIP Miguel de Cervantes).

• Y seguidame **Ruta Senderista**

- **Infantil.** Escuela Infantil e Infantil del CEIP Miguel de Cervantes; y Primaria del CEIP Miguel de Cervantes. Guía de la Flora, Fauna y Patrimonio de La Aljorra. Con **juegos tradicionales**.

**A las 14.30 h**

- **Comida comunitaria** de la Coordinadora.

**5.**  
relaciones significativas

