

Escola de Salut

Sala d'actes del Casal Cívic i Comunitari



Dimarts, 24 de gener - 17 h

'Llei de la dependència. A quins serveis tenim accés?'

Maria Sifre. Treballadora social de l'àrea de Drets Socials de l'Ajuntament de Berga



Dimecres, 22 de febrer - 17 h

'Salut emocional: estratègies per cuidar-nos emocionalment'

Aitor Cañadas. Referent de benestar emocional comunitari de l'Equip d'Atenció Primària Berga Centre



Dimecres, 22 de març - 17 h

'Alimentació saludable: aprèn a preparar un menú equilibrat i fàcil'

Mar Gargallo. Dietista nutricionista de l'Equip d'Atenció Primària Berga Centre



Dimecres, 19 d'abril - 17 h

'Document de voluntats anticipades. Dret a morir dignament'
Equip d'informació sobre el Dret a morir dignament



Dimecres, 24 de maig - 17 h

'Autoestima i benestar: la importància de sentir-se bé'

Aitor Cañadas. Referent de benestar emocional comunitari de l'Equip d'Atenció Primària Berga Centre



Dimecres, 14 de juny - 17 h

'Receptes refrescants: prepara opcions hidratants, sanes, fàcils i ràpides'

Mar Gargallo. Dietista nutricionista de l'Equip d'Atenció Primària Berga Centre