ESCOLA DE SALUT

CICLE DE XERRADES I TALLERS

SANT JULIÀ DE LÒRIA

2026

DIMECRES **11 DE FEBRER**

VACUNES I REVISIONS DE SALUT RECOMANADES EN L'ADULT

De 15.45 a 17.15 h

Plaça Major, núm. 9 Sala Gloria, planta -2

Anticipar-se als problemes és inversió en salut. En aquest taller, les infermeres del centre d'atenció primària explicaran quines són les recomanacions de les vacunacions per l'adult, així com quines revisions ens poden ajudar a detectar i prevenir problemes.

A càrrec de:
Equip d'infermeria del Centre d'Atenció Primària de Sant Julià de Lòria.

DIMARTS **14 D'ABRIL**

DIA MUNDIAL DE L'ACTIVITAT FÍSICA

+60 anys

De 9.00 a 12.00 h

Plaça Major, núm. 9 Sala Gloria, planta -2

Vine a passar un matí diferent! Acompanyats/des dels infermers/es del Centre d'Atenció Primària de Sant Julià de Lòria i entrenadors/es del Centre Esportiu de la parròquia farem una activitat intergeneracional, amb els infants de l'escola francesa i andorrana de Sant Julià de Lòria, amb presa de les constants a l'inici i sessió d'escalfament. En finalitzar, farem una sessió d'estiraments i presa de les constants.

A càrrec de:
Entrenadors/es del Centre Esportiu i l'equip d'infermeria del Centre d'Atenció Primària de Sant Julià de Lòria.

DIMECRES **6 DE MAIG**

CUIDEM ELS NOSTRES PEUS

De 15.45 a 17.15 h

Plaça Major, núm. 9 Sala Gloria, planta -2

Coneixerem la importància de la salut podal i ens proporcionaran eines i coneixements pràctics per prevenir molèsties, lesions i afeccions als peus, millorant així el benestar i la qualitat de vida.

A càrrec de:
Sonia Lopes podòloga del SAAS

DIMECRES **10 DE JUNY**

CURES I CONSELLS PER A UNA PELL SALUDABLE

De 15.45 a 17.15 h

Plaça Major, núm. 9 Sala Gloria, planta -2

La pell és l'òrgan més gran del cos humà i actua com una barrera protectora entre l'organisme i l'exterior, aprendrem bons hàbits per cuidar-la.

A càrrec de:
Dra. Daniella Berben, dermatòloga del Centre Mèdic Carlemany.

DILLUNS **28 DE SETEMBRE**

VERTÍGENS, RAONS I PREVENCIÓ. L'OÏDA I LA SEVA IMPORTÀNCIA

De 15.45 a 17.15 h (Setmana de la Gent Gran)

Plaça Major, núm. 9 Sala Gloria, planta -2

Cuidar les oïdes és fonamental perquè l'oïda interna regula tant l'audició com l'equilibri, i el seu deteriorament pot provocar vertígens i desequilibris que augmenten el risc de caigudes. Mantenir una bona salut auditiva ajuda a preservar la qualitat de vida i la seguretat en les persones.

A càrrec de:
Dra. Paola Santos Acosta, otorrinolaringòloga de Vitalplus Consultori de Medicina Integral

DIMECRES **10 DE DESEMBRE**

GANA, SET I GUST: PER QUÈ CANVIEM AMB L'EDAT?

De 15.45 a 17.15 h

Plaça Major, núm. 9 Sala Gloria, planta -2

Parlarem de com la vista, l'oïda, l'olfacte, el gust i el tacte envelleixen amb nosaltres i com afecten la percepció de les coses. En aquest taller donarem alguns consells per adaptar-nos a aquests canvis.

A càrrec de:
Equip d'infermeria del Centre d'Atenció Primària de Sant Julià de Lòria.

SORTEIG

ESCOLA DE SALUT

PREMI A LA PARTICIPACIÓ

Els assistents a tots els tallers podran participar en el sorteig presentant aquest díptic segellat

SANT JULIÀ DE LÒRIA

SAAS
SERVEI ANDORRÀ D'ATENCIÓ SANITÀRIA

Per a més informació i inscripcions

Dept. de Serveis Socials i Participació Ciutadana

Tel. 871 720 - 322 623

Llar de Lòria - Tel. 871 718