

MES DE LA SALUD

PROGRAMA DE ACTIVIDADES EN
PROMOCIÓN DE LA SALUD



 Agüimes



Abril 2025

Lunes 7

'TOMA LAS RIENDAS DE TU SALUD'

Imparte: M^a Eugenia Suárez Díaz. Enfermera Especialista en Familiar y Comunitaria

09:30

Pabellón Municipal Arinaga

Martes 8

EJERCICIO FÍSICO Y SALUD EN PERSONAS MAYORES

Imparte: Eduardo Santana Agüiar . Enfermero Especialista en Familiar y Comunitaria

09:30

Centro de Mayores Agüimes

Miércoles 9

SALUD MENTAL POSITIVA

Imparte: M^a Luz Ibañez Garrote y Cristina Déniz Moyano. Enfermeras Especialistas en Salud Mental

17:00

Centro de Mayores Arinaga

Abril 2025

Jueves 10

MANIFESTACIONES ANTICIPADAS DE VOLUNTAD E INSTRUCCIONES PREVIAS

Imparte: María del Cristo Hernández Medina. Enfermera
Especialista en Geriatría

09:30

Centro de Mayores Cruce de Arinaga

Viernes 11

MOVIMIENTO VITAL EXPRESIVO

Imparte: Teresa Mejías, Psicóloga Municipal y Raquel Estévez,
Educatra física deportiva. Programa de Actividad física para
mayores

09:00

Centro de Mayores Cruce de Arinaga

CONSECUENCIAS DEL CONSUMO DE TABACO Y VAPER

Imparte: Asociación Española Contra el Cáncer

DIRIGDO A JÓVENES +14

19:00

Espacio Joven, Cruce de Arinaga

Viernes 25

ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA LA PREVENCIÓN DEL CÁNCER

Imparte: Asociación Española Contra el Cáncer

10:00

Centro de Mayores Cruce de Arinaga

Martes 29

INICIACIÓN AL YOGA PARA LA GESTIÓN DEL ESTRÉS Y LAS EMOCIONES

Imparten: María Ruano López. Enfermera Zona Básica de Salud de Agüimes y Gloria Camacho Ríos, acompañamiento en la práctica de yoga aplicado a la Salud

10:00

Centro de Mayores Agüimes

Miércoles 30

FUNCIONAL 50+

Imparte: Raquel Estévez, Educadora física deportiva Programa de Actividad Física para Mayores

10:00

Plaza Primero de Mayo

Abril 2025