

Área Sanitaria de Vigo

Trail Orixes Mondariz

Descrición: Carreira de montaña con varias distancias organizada pola Asociación Deportiva Mondariz e o Concello de Mondariz.

Data e hora da actividade: Sábado 4 de maio, a partir das 7:15 horas

Lugar da actividade: Saída da Praza de España (Mondariz).

Poboación á que vai dirixida: Poboación xeral.

Máis información e inscricións: VI TRAIL ORIXES DE MONDARIZ (empa-t.com)

Obradoiro diabetes

Descrición: Obradoiro para pacientes diabéticos impartido pola enfermeira ESAD, a nutricionista e a enfermeira do Centro de saúde de Tomiño.

Data e hora da actividade: días 8, 10, 13 de maio, ás 12:00 horas

Lugar da actividade: Centro de saúde de Tomiño – Andar 0, porta 008.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscrición: No Centro de Saúde de Tomiño ou no teléfono 628 938 550

Coidados e alimentación para pacientes diabéticos

Descrición: obradoiro impartido pola enfermeira ESAD, a EIR e a nutricionista do Centro de saúde Val Miñor. os.

Data e hora da actividade: Mércores, 8 de maio, ás 11:30 horas

Lugar da actividade: Aula neural da Xefatura da Policía Local de Gondomar.

Poboación á que vai dirixida: Poboación xeral.

Coidados dirixidos á persoa doente anticoagulada: Simtrom

Descrición: Obradoiro impartido polas enfermeiras ESAD do Centro de saúde de Moaña dentro da Escola de Saúde do Concello de Moaña. os.

Data e hora da actividade: Luns, 13 de maio, ás 11:00 horas

Lugar da actividade: Salón de plenos do Concello de Moaña.

Poboación á que vai dirixida: Poboación xeral.

Etiquetado nutricional

Descrición: Obradoiro impartido pola nutricionista e a EIR do Centro de saúde de Baiona.

Data e hora da actividade: Xoves, 16 de maio, ás 17:00 horas

Lugar da actividade: Multiusos Ángel Bedriñana - Baiona.

Poboación á que vai dirixida: Poboación xeral.

Área Sanitaria de Vigo

Obradoiros para cuidadores

Descrición: Obradoiro impartido por distintos profesionais (fisioterapia, nutrición, enfermería, traballo social) do Centro de saúde de Tomiño.

Data e hora da actividade: Todos os luns de maio, de 16:00 a 18:00 horas

Lugar da actividade: Praza Cultura (ao lado do Mercado de Goián).

Poboación á que vai dirixida: Persoas cuidadoras.

Inscripcións: Centro de saúde de Tomiño, Concello de Tomiño e Consultorio Goián, ou no Tlf. 628 93 85 50

Andainas saudables

Descrición: Andainas dunha hora de duración organizadas pola médico responsable da actividade comunitaria e MIR do Centro de Saúde Beiramar. En caso de choiva impártese un obradoiro de hábitos de vida saudables.

Data e hora da actividade: Todos os mércores, ás 11:00 horas

Lugar da actividade: Saída dende o Centro de Saúde Beiramar (Vigo)

Poboación á que vai dirixida: Poboación xeral.

Andainas saudables

Descrición: Percorridos saudables que inclúen exercicio terapéutico, organizadas pola enfermeira ESAD en colaboración coa fisioterapeuta comunitaria do centro de saúde.

Data e hora da actividade: Todos os xoves, ás 12:00 horas

Lugar da actividade: Centro de saúde de Tomiño.

Poboación á que vai dirixida: Poboación xeral.

Andainas saudables

Descrición: Andainas saudables para os pacientes do Centro de Saúde de Salceda de Caselas.

Data e hora da actividade: Todos os venres, de 8:30 a 9:30 horas

Lugar da actividade: Centro de Saúde de Salceda de Caselas.

Poboación á que vai dirixida: Poboación xeral.

Charlas informativas de saúde (menopausia, doentes inmobilizados, demencias, ansiedade, Sintrom)

Descrición: Charlas impartidas polas enfermeiras ESAD do Centro de Saúde de Cangas en colaboración co Concello de Cangas.

Data e hora da actividade: Todos os xoves de maio, ás 18:30 horas

2 de maio - Menopausia, empodérate!

9 de maio - Cuidados básicos en doentes inmobilizados.

16 de maio - Demencias.

23 de maio - Ansiedade.

30 de maio - Sintrom.

Lugar da actividade: Salón de plenos do Concello de Cangas.