



LOS SILOS 2019 SaloSalud

SEMANAS DE LA

Del 29 de abril al 12 de mayo

PROGRAMACIÓN

DEL 30 DE ABRIL AL 6 DE MAYO

ACTIVIDAD LÚDICO-DEPORTIVA SILOSALUD

Fomento de hábitos saludables en la alimentación, la práctica del deporte y la actividad física para un mejor bienestar físico y psíquico.

Horario escolar.

Destinatarios/as: alumnado de los CEIP del municipio.

Organiza: PFAE Los Silos Cultural.

JUEVES 2 DE MAYO

CHARLA: "ESTILO DE VIDA SALUDABLE, ¿CURAS O PREVIENES?"

18'30h.- Sala Historia, Antiguo Convento de San Sebastián.

Dirigido al público en general.

Ponente: Delia de León - Promotora de estilos de vida saludable.

VIERNES 3 DE MAYO

JORNADA DE SALUD Y BIENESTAR "COMO COMES"

16'00h A 20'30 horas.- Segunda Planta Centro de Salud de Los Silos.

Dirigido al público en general hasta cubrir aforo.

Intervenciones: Alimentación evolutiva para deportistas, la Contaminación química y sus consecuencias para la salud y alimentación para el sistema inmunitario enfermedades autoinmunes.

Ponentes: Nicolás Olea Serrano - Catedrático en Medicina Física y Radiología UG.

Marc Vergés Serra - Nutricionista, Fitoterapeuta y especialista en dietoterapia y medicina naturista y oriental.

SABADO 4 DE MAYO

RUTA SENDERÍSTICA EL PALMAR-TALAVERA-LOS SILOS. Programa Descubre Los Silos Natural.

9'00 a 13'00 horas.

Dirigido al público en general, previa inscripción.

Inscripciones: Concejalías de Turismo y Deportes.

MARTES 7 DE MAYO

CHARLA-TALLER: "MINDFULNESS, BIENESTAR Y SALUD"

18'00h.- Sala de Historia, Antiguo Convento de San Sebastián.

Dirigido al público en general.

Ponente: Ana Belén González Delgado – Entrenadora holística para el bienestar físico, mental y emocional.

JUEVES 9 DE MAYO

CHARLA: "DETECCIÓN PRECOZ DEL CÁNCER DE MAMA Y HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE".

17'00 horas.- Sala de Historia, Antiguo Convento de San Sebastián.

Dirigido al público en general.

Ponente: Patricia Marrón Fernández - Trabajadora Social.

Colabora: ÁMATE (Asociación de Mujeres con Cáncer de Mama de Tenerife)

VIERNES 10 DE MAYO

CHARLA: "EDUCAR LA SEXUALIDAD DESDE LA FAMILIA".

18'00 horas.- Sala de Historia, Antiguo Convento de San Sebastián.

Dirigido al público en general.

Ponente: Nayra Laderas Palenzuela - Pedagoga, especializada en educación sexual.

SÁBADO 11 DE MAYO

RUTA SENDERÍSTICA ERJOS-CUEBAS NEGRAS-LOS SILOS. Programa Descubre Los Silos Natural.

9'00 a 13'00 horas.

Dirigido al público en general, previa inscripción.

Inscripciones: Concejalías de Turismo y Deportes.

DOMINGO 12 DE MAYO

CIRCUITO DE SPA. Promoción del Bienestar y la Salud.

Circuito termal de dos horas de duración. En la cuota se incluye transporte y acceso al complejo.

Cuota: 15 €

Previa inscripción en la Concejalía de Sanidad.

Plazas limitadas



Ilte. Ayto. de la Villa de
Los Silos



Gobierno de Canarias
Servicio Canario de Empleo

