



APUNTA-T'HO!



PRIMAVERA (ABRIL-JUNY 2024)

Activitats grupals

CAP NOVA LLOREDA

**GRUPS SOTA DERIVACIÓ PER PART DE PROFESSIONAL SANITARI
INFORMA'T A:**

inscripciolloreda@bsa.cat

MILLORA DEL BENESTAR EMOCIONAL

Millora la teva vida coneixent les teves emocions i aprèn a regular-les a través d'estratègies de relaxació.

GRUP D'EXERCICI TERAPÈUTIC D'ADULTS

Grups terapèutics per al dolor lumbar, cervical, d'espatlla, maluc, genoll i grup de fragilitat.

GRUP DE DOLOR CRÒNIC I FIBROMIÀLGIA

Aprèn l'adaptació a l'experiència del dolor i la seva percepció i millora la qualitat de vida i el benestar emocional de les persones amb dolor persistent.

UNEIX-TE AL CANVI: ALIMENTACIÓ I ESTIL DE VIDA SALUDABLE

Dijous maig-juny, 6 sessions. (Preguntar a professional sanitari).

ALIMENTACIÓ I DIABETIS TIPUS 2

Horari: Dilluns de maig i juny. de 10:30h a 12:00h.

Per a més informació consulteu el vostre equip d'atenció primària o adreceu-vos al taulell del CAP NOVA LLOREDA.



APUNTA-T'HO!



Badalona
Serveis
Assistencials



PRIMAVERA (ABRIL-JUNY 2024)

Activitats comunitàries

CAP NOVA LLOREDA

INSCRIU-TE A:

inscripciolloreda@bsa.cat

GRUP DE DOL: ACOMPANYAMENT A LA PÈRDUA

Horari: Divendres quinzenal, d'11:15h - 13:30h

Lloc: Can Cabanyes

NO VULL ESTAR SOL, TRUCA'M

Horari: A convenir, segons voluntaris.

Lloc: Via telefònica i coordinacions entre voluntaris un cop al mes al Casal Cívic Nova Lloreda.

ESPAI SALUT: ENVELLIMENT ACTIU I SALUDABLE

Horari: Dijous de 9 a 9:45h. Finalització 23/05/2024

Lloc: Pista Poliesportiva Joaquim Blume

CAFÈ TERTÚLIA: POSEM-NOS AL DIA EN TEMES DE SALUT

Horari: 3r divendres de cada mes, de 10:30 a 12:00h

Lloc: Casal Cívic Nova Lloreda

Horari: 4t dilluns de cada mes, de 10:30 a 12:00h

Lloc: Casal Cívic Sant Crist

TENS 7 DE BENESTAR? BENESTAR FÍSIC TEÒRIC I PRÀCTIC

Horari: 2n divendres de cada mes, de 10:00 a 11:30h

Lloc: Casal Cívic Nova Lloreda

ESPAI DIABETIS

Horari: 6, 9, 13 i 16 de maig. De 10:30 a 12:00h. **Cal inscripció prèvia.**

Lloc: CAP Nova Lloreda

Per a més informació i inscripcions, consulteu el vostre equip d'atenció primària o adreceu-vos al taulell del CAP NOVA LLOREDA.