



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.