

CAP Progrés-Raval

Activitats grupals

 **TARDOR 2026** 

Benestar emocional



Grup ansietat adults
Grups de matí i/o de tarda.

Taller de memòria
Dimecres d'11 a 12.30 h.

Infermeria pediàtrica



Espai lactància
Divendres d'11 a 13.30 h.

**Alimentació complementària
en infants a partir de 6 mesos**
Dijous de 15 a 17 h.

Infermeria d'adults



Grup de marxa nòrdica
Dijous d'11 a 13 h.

Consulta oberta inhaladors
Últim divendres del mes d'11 a 13 h.

Taller d'autocura del peu diabètic
Dimarts de 15 a 17 h.

Fisioteràpia



Grup lumbàlgia inespecífica
Grup tendinopatia d'espatlla
Grup gonàlgia per artrosi
Grup coxàlgia per artrosi o bursitis
Grup cervicàlgia i dorsàlgia inespecífica
Grup fragilitat

Dilluns, dimarts, dimecres i dijous -el dia varia en funció del grup- en horari de matí.

Nutrició



Grup alimentació i diabetis tipus 2
Dilluns. Grups de matí i/o de tarda.

Grup alimentació i salut cardiovascular
Dimecres. Grups de matí i/o de tarda

Grup alimentació i menopausa
Dilluns. Grups de matí i/o de tarda.

Multidisciplinari



Grup "Alimenta't: cos i ment"
Dilluns. Grups de matí i de tarda.

Grup de fibromiàlgia
Dijous de 9.30 a 11.30h.

Cal derivació per part de professional sanitari.
Per a més informació, adreceu-vos al vostre equip d'atenció primària