

**Sábado 16**

**Marcha de la salud**

17.00 h. Salida de la Plaza Mayor

Por el camino del Altillo, hasta llegar a la Fuente Allozosa (descanso y refrigerio) y volver por el camino del cerro de las aguas.

Recorrido aproximado de 5 km., con un nivel de dificultad bajo.



21.00 h.

Salón de Usos Múltiples

**TEATRO SOLIDARIO.**

El grupo de Teatro PLATEA, de Tomelloso pondrá en escena la comedia:

**LA EXTRAÑA PAREJA**



**NOTA:** Los beneficios obtenidos por la venta de entradas se destinarán a la ONG **MÉDICOS SIN FRONTERAS.**

COLABORA DIPUTACION PROVINCIAL DE CIUDAD REAL

**ORGANIZA:**



**AYUNTAMIENTO DE SAN CARLOS DEL VALLE**  
CONCEJALIA DE SANIDAD Y SERVICIOS SOCIALES



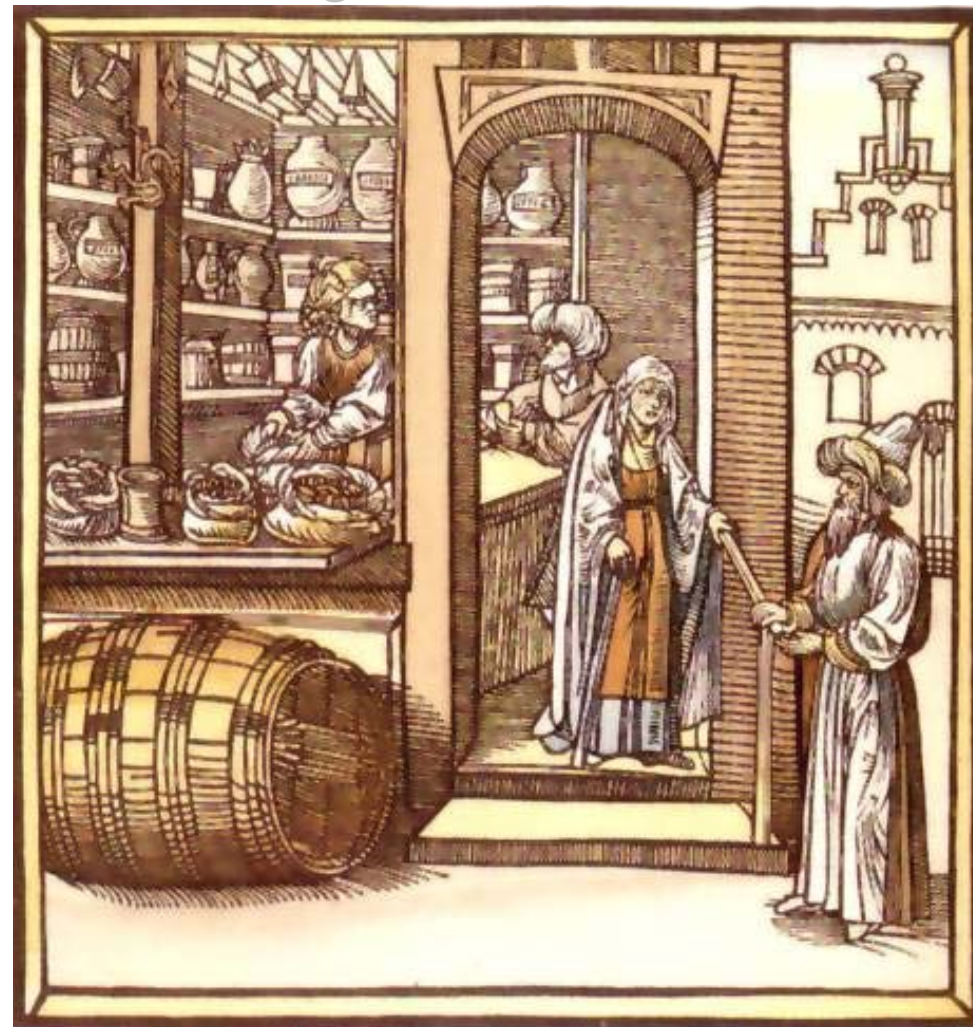
**COLABORAN:**



ASOCIACIÓN PROVINCIAL DE  
ESPONDILITIS ANQUILOSANTE  
Y OTRAS ESPONDILOARTROPATÍAS  
DE CIUDAD REAL

Colegio Público  
San Juan Bosco

# 8ª Semana de la Salud y el Bienestar



Del 7 al 16 de abril de 2011  
San Carlos del Valle

## Jueves 7

De 9 a 14 horas

Centro Social

Pruebas de **DENSITOMETRÍA ÓSEA**, a cargo de los Laboratorios Ferrer, para determinar la densidad mineral ósea y comprobar si tienes algún problema de osteoporosis. **Destinado** principalmente a mujeres mayores de 50 años o histerectomizadas.

**Nota:** Para facilitar el desarrollo de las pruebas es necesario inscribirse en la lista que al efecto se encuentra en el Centro Médico.

## Lunes 11

20.00 h.

Centro Social

**Exposición y Entrega de premios** a los ganadores del concurso de globos decorados: **"AIRE SALUDABLE"**

**Inauguración** de las jornadas a cargo del Alcalde y del médico del Consultorio Médico Local, **Francisco Javier Soler**, que nos hablará sobre

### OSTEOPOROSIS

## Martes 12

10.15

C.P. San Juan Bosco

### Taller sobre IMAGEN Y ADOLESCENCIA

Taller destinado a alumnos de 5º y 6º de primaria, con juegos y dinámicas sobre los cambios que experimenta el cuerpo y la imagen personal.

12.00 h.

Centro Social

### Taller de TERAPIAS ALTERNATIVAS

Un paseo, una charla, unas risas o la música puede mejorar nuestra salud. Este taller nos enseñará alternativas naturales al medicamento para combatir el malestar.

De 18.00 de 20.00 h.

Centro Médico

### ANALÍTICAS

Mediciones de **TENSIÓN** y de **AZÚCAR**, a cargo de enfermeras del centro de salud de La Solana: Alejandra Delgado, Agustina Martínez y Gregoria García-Abadillo.

**Nota:** para una mayor fiabilidad de las pruebas se recomienda no haber comido nada en las dos últimas horas al menos.

## Miércoles 13

20.00 h.

Casa de la juventud

### PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA EN LAS PRIMERAS RELACIONES DE NOVIAZGO

Taller destinado a una población joven entre 14 y 22 años que inicia sus primeras relaciones de pareja, realizado por el área de psicología del Centro de la Mujer.

## Jueves 14

10.15

C.P. San Juan Bosco

### ¡NO AL TABACO!

Taller sobre los problemas y lo perjudicial del tabaquismo, destinado a alumnos de 5º y 6º de primaria.

19.00 h.

Centro social

### ESPONDILITIS ANQUILOSANTE

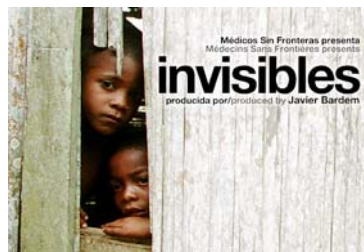
**Charla** a cerca de esta enfermedad que padecen más de 100.000 personas en España a cargo del presidente de la Asoc. Prov. de Espondilitis Anquilosante y otras espondiloartopatías, D. **José Antonio Cabanillas** y el área de psicología del Centro de la Mujer.

## Viernes 15

20.00 h.

Salón de Usos Múltiples

### Documental: INVISIBLES



Invisibles es un documental producido por Javier Bardem que reúne cinco historias de guerra y enfermedades dirigidas por Win Wenders, Isabel Coixet, Fernando León de Aranoa, Mariano Barroso y Javier Corcuera, que versa sobre la labor de la ONG **Médicos Sin**

**Fronteras** y que ganó el Goya a mejor documental en 2008.