

Quan puja la temperatura, tingues cura



VINE A GAUDIR AL NOSTRE REFUGI CLIMÀTIC

**TOTS ELS DIMARTS
I DIJOUS DE JULIOL**

11:30H

MESURES DE PREVENCIÓ

Consells i bones pràctiques per viure un estiu saludable

Servei de Medicina Interna

**DIMECRES 12 I 26
DE JULIOL**

16:30H

**ACTIVITAT FÍSICA
I ENVELLIMENT**

Millora l'activitat física amb salut i benestar

Servei de Medicina Física i Rehabilitació

**DIMARTS 4 I 18
DE JULIOL**

16:30H

EDUCACIÓ SANITÀRIA

Mesures compensatòries, prevenció de caigudes i preservació de les capacitats cognitives

Servei de Medicina Física i Rehabilitació

**TOTS ELS DIMECRES
DE JULIOL**

11:30H

LECTURA DE LLIBRES

Escolta fragments d'un llibre, acompanyat de la màgia del piano

Treball Social i Voluntariat

**Excepte dimecres 12 juliol*

**DIMECRES 12
DE JULIOL**

12 H

CONCERT DE PIANO

Recital musical de piano a quatre mans amb l'actuació d'Eulàlia i Ester Vela López

DUO VELA

**DIVENDRES 21
DE JULIOL**

11:30H

CONEIX LA NOSTRA HISTÒRIA

Recorregut històric sobre l'Hospital de Sant Pau

Fundació Avismón

**DILLUNS 24
DE JULIOL**

11:30 H

**ALIMENTACIÓ I HIDRATACIÓ
A L'ESTIU**

Xerrades i activitats interactives per a cuidar-te tot l'estiu.

Servei de Dietètica i Alimentació

DILLUNS 31 DE JULIOL

11:30 H

SEMPRE EN FORMA

Exercicis adaptats per a persones grans

Fundació Avismón

📍 **Vestíbul de Sant Quinti**