

En abril SALUD para LOGROÑO

SABADO
1
ABRIL

Taller de lectura y manualidades
Libro “*Curiosidades en verso, Cuida tu salud*” de Sagrario Pinto.
Punto de lectura La Rosaleda 12:00

SABADO
8
ABRIL

Juegos de mesa: familia y salud
Asociación Ñ_Games
Punto de lectura La Rosaleda de 17:00 a 19:00

SABADO
14
ABRIL

Mesa informativa Menores sin alcohol
Pide tu guía “*Habla con ellos del alcohol*”.
Gota de Leche de 17:30 a 19:30

MARTES
18
ABRIL

Ruta marcha Nórdica
En marcha contra el Cáncer. Te prestamos los bastones.
Asociación Española contra el Cáncer en La Rioja.
Plaza Ayuntamiento de Logroño 10:00

Bienestar emocional
Juegos y pruebas para sentirnos bien. Desde 12 años.
Asociación La Rioja sin Barreras.
Plaza Martínez Flamarique 17:00

Conectando-nos Radio Sésamo
Recetas y alimentación saludable en la radio comunitaria de Madre de Dios San José.
Radio Comunitaria 18:00

Salud renal para todos
Mesa informativa: test de factores de riesgo
ALCER Asociación de Enfermos del Riñón
Gran Vía-Gorgorito de 10:00 a 13:00

VIERNES
21
ABRIL

Juegos, pantallas y móviles
ARPANIH (trastorno déficit de atención e hiperactividad)
Sede ARPANIH 19:00

Gamificación: Veggies
Juego de cartas con frutas y verduras. De 9 a 12 años
Biblioteca Rafael Azcona 18:30

MIÉRCOLES
26
ABRIL

Paseo Saludable
Comisión Salud Comunitaria. Dinamiza *ASOC. SALUD MENTAL*
Centro Salud Joaquín Elizalde 10:00

VIERNES
28
ABRIL

Raras son las enfermedades no las personas que las padecemos
Mesa informativa *ARER* (Asoc. Riojana Enfermedades Raras).
Gran Vía-Gorgorito de 10:00 a 13:00

Y más salud

Grupos de Vida Sana para mayores
Practicamos la Salud.
Centros de Servicios Sociales

Talleres de apoyo psicosocial

- Ser hombre hoy
- Salud emocional para mujeres
- Mejora de autoestima para mujeres jóvenes

Centros de Servicios Sociales

Taller Refuerza tu mente
Gestión de la ansiedad ante la búsqueda de empleo
orientadosenred.com
Servicio municipal de Orientación Laboral

Talleres Acompaña-T
Salud emocional para personas mayores
Centros de Servicios Sociales

Taller de duelo
Para personas que han perdido un ser querido.
Centro de Servicios Sociales ACESUR

Miércoles de paseos
Vecinos y vecinas de Madre de Dios-San José.
Centro de Salud Joaquín Elizalde 10:00

Viernes de Bailes Latinos y Domingos de Verbena comunitaria
Activa tu bienestar.
Centro Cívico Madre de Dios 19:30

Los libros también dan salud
Exposición y préstamo de libros.
Punto de lectura La Rosaleda 10:00

30 días en Bici: Usa tu bici para moverte por la ciudad
Acompañamos en bici hasta la salida de la ciudad @cuatroamigosyundestino
1 de Abril **Plaza del Ayuntamiento** 08:00
Pajarocleta conoce los pájaros de tu ciudad a golpe de pedal
15 de Abril **Estanque parque Felipe VI** 10:30
Organiza: Plataforma Movilidad de La Rioja (PMLR)
www.pmlr.es - www.30diasenbici.com/ciudades/logrono

Depósito Legal: LR 361-2023

logrosaludable.es

CONECTANDO-NOS A LA SALUD

Abril
Mes de la Salud

7 de abril Día Mundial de la Salud

Programa municipal Prosalud... en el cole

🕒 09:00 a 14:00

Ofrecemos para centros escolares talleres sobre **salud física y emocional** a lo largo del curso escolar. Pretenden prevenir despertando la reflexión sobre la salud a través de dinámicas participativas para que el alumnado aprenda haciendo.

MÉRCOLES
12-19
y 26
ABRIL

La gestión emocional en el aula

Talleres prácticos sobre educación socio emocional.
(con profes y alumnado)



Colegio **Escolapias**

MÉRCOLES
12-19
y 26
ABRIL

Espera que me lo pienso

Aprendo a tomar decisiones.



Colegio **Navarrete el Mudo**

VIERNES
14-21
y 28
ABRIL

Espera que me lo pienso

Aprendo a tomar decisiones.



Colegio **Salesianos Los Boscos**

JUEVES
13
y 14
ABRIL

Mi clase Sin Humo

Concurso europeo de prevención de tabaquismo.



Colegio **La Enseñanza**
Colegio **Rey pastor**
IES **Batalla de Clavijo**

LUNES
17
ABRIL

Mi identidad digital

¿Quién quiero ser en la red?



Colegio **Navarrete el Mudo**

LUNES
24
ABRIL

Bullying: acoso entre iguales

Cómo actúo si veo o sufro acoso escolar.



Colegio **Navarrete el Mudo**



Programa municipal Familia y Salud ... en familia

El programa ofrece asesoramiento, formación, materiales, herramientas educativas, que faciliten la labor de los padres y madres y contribuyan al **desarrollo saludable de los hijos/as y sus familias**.
Nuestras actividades sirven como encuentro de familias en el que compartir experiencias.

JUEVES
13
y 20
ABRIL

Taller De cocinitas a cocinillas

Toda la familia cocina y degusta recetas fáciles y saludables.
www.logrosaludable.es



Gota de Leche

🕒 18:00

VIERNES
14
ABRIL

Jóvenes 0,0

Charla taller. **Habla con tus hijos e hijas del alcohol.**



Gota de Leche

🕒 18:30

LUNES
17
ABRIL

Una mente en forma

Taller de salud emocional. **Reconozco y manejo emociones.**



IES Tomás Mingot

🕒 19:00

MARTES
18
ABRIL

A tragos

Charla taller: **Botellón y bebidas energéticas: Abordarlo en familia.**



Gota de Leche

🕒 18:30

MÉRCOLES
19
ABRIL

Salud digital

Taller TICs: **Juegos de recompensa y cómo prevenir la adicción.**



IES Tomás Mingot

🕒 19:00

JUEVES
20
ABRIL

Para padres y madres: Loading

Charla: **¿Educamos para el buen uso de la tecnología? Madres y padres.**



Gota de Leche

🕒 18:30

Mientras...

Para hijas e hijos: Enredados

Taller-juegos: **Para peques sobre salud digital**



Gota de Leche

🕒 18:00

LUNES
24
ABRIL

¿Sabes cómo contárselo?

Charla: **Educación sexual desde la familia.**



IES Tomás Mingot

🕒 19:00

MARTES
25
ABRIL

Para padres y madres: Alimentación saludable

Charla taller: **Comer menos insano. Prevenir obesidad, anorexia, bulimia...**



Gota de Leche

🕒 18:30

Mientras...

Para hijas e hijos: Stop a la obesidad

Taller de juegos: **Para peques sobre alimentación saludable.**



Gota de Leche

🕒 18:00

MÉRCOLES
26
ABRIL

Alimentación saludable

Charla taller: **Comer menos insano. Prevenir anorexia, bulimia, obesidad.**



IES Tomás Mingot

🕒 19:00

JUEVES
27
ABRIL

Para padres y madres: Una mente en forma

Taller: **Gestionamos las emociones en la familia.**



Gota de Leche

🕒 18:30

Mientras...

Para hijas e hijos: Hoy me siento

Taller: **Expresión emocional y photocall.**



Gota de Leche

🕒 18:00



FAMILIA y SALUD

EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y PREVENCIÓN DE ADICCIONES



Asesoría de SALUD para familias

Realiza tu consulta al equipo de psicología del programa Familia y Salud.

📍 Cita previa:

logrosaludable.es/asesoria/
Tel. 941 20 16 15

Biblioteca familiar

Educación emocional en la familia.

Consulta y préstamo.

📍 Cita previa:

logrosaludable.es/asesoria/



Escuela online para familias

Competencias para educar en familia.

Cinco sesiones con ejercicios y tutorías (8 plazas)

📍 Programa Municipal

Familia y Salud

Del 17 de abril al 7 de mayo

logrosaludable.es/formacion

Todas las actividades pueden reservarse.

Inscripciones en **logrosaludable.es**. También acceso libre hasta completar aforo