"10 AÑOS COMPARTIENDO EXPERIENCIAS SALUDABLES"

X JORNADAS DE PUERTAS ABIERTAS HOTEL DE ASOCIACIONES SOCIOSANITARIAS

Avenida de Galicia 62, Gijón

HOTEL DE ASOCIACIONES SOCIOSANITARIAS

21, 22, 23, 24 Y 25 DE NOVIEMBRE 2022

Gijón Servicios Sociales

Lunes 21
Jornada Inaugural.

17:00 h. **Bienvenida y Presentación de las jornadas.**
Representación de la Fundación Municipal de Servicios Sociales de Gijón y Andrés Mayor Presidente del Hotel de Asociaciones.

17:10 h. **Charla: "La participación social y la salud mental".**
José María Amigó Barranco. Psicoterapeuta de la Asociación de Personas Bipolares de Asturias y Asociación El Ariete.
Experiencias Saludables.

18:30 h. **Café gitano y Actuación musical:**
Cante y guitarra con Miriam García y Rubén Jiménez.
Asociación Gitana de Gijón.

Jueves 24

11:00 h. **"Artiva" tu mente, entrenamiento cognitivo a través del arte.**
Gisele González Pini. Asociación Es Retina.

12:30 h. **Charla: "Taichi, movimiento moderado como tratamiento de enfermedades reumáticas."**
José Luis Monforte, Instructor de Taichi. Liga Asturiana reumatológica.

16:30 h. **Taller de Gestión Emocional II.** *Eugenia Pañeda Palacio, Psicóloga.*
Asociación Es Retina.

18:00 h. **Role-Playing para familias: Ejercicio de Asertividad.**
Sonia Rubio.
Asociación contra la Bulimia y la Anorexia nerviosa.

19:30 h. **Charla: "Cuidado y Revisión del pie diabético."**
PODOACTIVA. Asociación de diabéticos del Principado de Asturias.

Martes 22

10:30 h. **Gimnasia Envejecimiento Activo.**
Nieves López Sedano. Planeta Z.

11:15 h. **Ejercicio Físico adaptado a personas con reumatismos.**
Tania Azcano Pérez. Liga Asturiana reumatológica.

11:30 h. **Taller de Taichi.** *Nieves López Sedano. Planeta Z.*

16:30 h. **Taller de Gestión Emocional I.** *Eugenia Pañeda Palacio, Psicóloga.*
Asociación Es Retina.

17:30 h. **Charla: "La educación y la Salud Mental a debate: cómo influye el ambiente escolar en la salud del menor."**
Adela Gabarri Jimenez, Presidenta de la Asociación Gitana de Gijón.

19:30 h. **Charla: "Somos la Revolución: En defensa de la juventud libre y combativa."**
Anai López, Portavoz de la Asociación de Mujeres Libres y Combativas y Alex Alonso Pulido, Portavoz del Sindicato de Estudiantes.

Miércoles 23

11:00 h. **Charla:" Recursos Informáticos para Asociaciones."**
Leonardo Javier Cadenas Díaz, Técnico Informático.
Asociación Es Retina.

16:30 h. **Taller de Clown para niños.** *Asociación Cosquiclown.*

16:30 h. **Taller de Teatro.** *Nora López Casella. Centro Argentino.*

17:45 h. **Ejercicio Físico adaptado a personas con reumatismos.**
Tania Azcano Pérez. Liga Asturiana reumatológica.

Viernes 25

11:15 h. **Ejercicio Físico adaptado a personas con reumatismos.**
Tania Azcano Pérez. Liga Asturiana reumatológica.

16:00 h. **Charla: "Sobreviviendo al mundo digital: Riesgos de Internet."**
Gisele González Pini. Planeta Z

17:00 h. **Descubre tu clown.** *Asociación Cosquiclown*

18:00 h. **Café tertulia:"Hablamos de diabetes."**
Asociación de diabéticos del Principado de Asturias.