



# II Ciclo Conferencias Fundación Aprocor

## LA BUENA VIDA EMPIEZA POR UNA BUENA SALUD

6 de abril, 4 y 18 de mayo y 8 de junio de 2017

El día 7 de abril se celebra el día mundial de la salud y el ciclo de conferencias de este año irá orientada a esta cuestión. Para estructurarlo nos hemos basado en la definición de la organización mundial de la salud que señala que la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social y no sólo la ausencia de enfermedad.

En la Fundación Aprocor queremos asegurar condiciones básicas porque sabemos que una buena vida empieza por una buena salud por eso a lo largo del año, se haran diferentes actividades y se desarrollarán proyectos para promoverla.



## **PROGRAMA**

Las conferencias contempladas en el ciclo son:

| 6 de ABRIL    | SALUD FISICA Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL: PRINCIPALES PROBLEMAS DE SALUD  |
|---------------|--|
| 12:00 a 13:00 | Inauguración del Ciclo Ramón Corral- Presidente  |
|               | Buena salud- Comisión de salud Fudación Aprocor<br>¿Por qué tomo estas pastillas?-Gabriela Rufian  |
| 13:00 a 14:00 | Salud y discapacidad intelectual doble mirada: familiar y profesional<br>Ana Corral- familiar y médico   |
| 4 de MAYO     | SALUD MENTAL Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL: APOYANDO EN POSITIVO  |
| 12:00 a 12:30 | Mi vivencia Familiar y profesional de apoyo  |
| 12:30 a 14:00 | Apoyo activo<br>Laura Garrido- Directora de residencia y centro de día de trastornos de<br>conducta APADIS   |
| 18 de MAYO    | SALUD SOCIAL Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL: VIVIR MEJOR   |
| 12:00 a 12:30 | Redes ciudadanas<br>Equipo Servicio de Ocio Inclusivo (SOI)  |
| 12:30 a 14:00 | Contra la soledad<br>Fundación Tuya  |
| 8 de JUNIO    | SABER VIVIR  |
| 12:00 a 12:30 | Calidad de vida y discapacidad intelectual<br>Berta Gonzalez- Responsable de Calidad de Vida Plena Inclusión<br>Begoña Ugartemendía- Vecina de las Fuentes.        |
| 12:30 a 14:00 | Vivir, dormir y morir<br>Pedro Parra. Dr. Unidad Síndrome de Down del Adulto Hospital de la<br>Princesa y Fidel Delgado. Psicólogoclínico (pendiente de confirmar) |

### **DIRIGIDO A**

Familiares
Personas con discapacidad intelectual
Profesionales
Personas interesadas

## **AFORO MÁXIMO**

100-120 personas

### **LUGAR**

FUNDACIÓN APROCOR: ESPACIO DE INCLUSIÓN Y OPORTUNIDADES DE LAS TABLAS

C/ Fromista, 13



Las Tablas



L176

### **INSCRIPCIONES**

Como el espacio es limitado es necesaria la confirmación de asistencia.

Puedes confimar tu asistencia presencialmente o telefónicamente en:

- Secretaría Espacio de Inclusión y Oportunidades. Télf: 918437772
- Secretaría Las Fuentes. Télf: 913886367
- Secretaria Espacio de Creativos de Hortaleza. Télf: 917598457

# Actividades paralelas semana de la Salud

## Del 3 al 7 de abril

En cada espacio de la Fundación se harán diferentes actividades para promover la salud:

### ESPACIO DE INCLUSIÓN OPORTUNIDADES DE LAS TABLAS.

- Miércoles 5 de abril de 14:00 a 15:00. "BT y muévete": Nos vamos a pasear, correr o montar en bici por la zona de Las Tablas. Anímate, ven y muévete.
- Del 3 al 7 de abril. Pegada de carteles saludables.

#### ESPACIO DE CREATIVOS DE HORTALEZA

• Del 3 al 7 de abril. **"Explorando la pirámide"**: elaboración de 3 desayunos saludables partiendo de la pirámide de alimentos saludables. Lunes, miercoles y jueves. Vitamina-te

#### CEE PROSEGUR-APROCOR

- Del 3 al 7 de abril. Semana sin Humo: se promueve no fumar en horas de trabajo y se entrega una chapa y Cambio de los carteles de Prevención de Riesgos con la participación de los trabajadores
- 6 de Abril: Monográfico sobre salud y prevención laboral para todas secciones y entrega de un Kit de aseo.

### **CONJUNTO RESIDENCIAL LAS FUENTES**

- Lunes 3 y jueves 6 de abril 14:30 a 16:30 "Curso: Prevención de accidentes"
- Del 3 al 7 de abril. Saluda-te: acciones para promover la salud.

### **COLEGIO VALVERDE LAS TABLAS**

Del 3 al 7 abril "Master Class yoga": Deportistas Aprocor impartirán la clase en el cole o "Mi experiencia como deportista".