

ESCOLA DE SALUT PER A PERSONES ADULTES DEL PENEDÈS RURAL EST ESARE A

Què és l'ESARE?

És un espai per parlar sobre temes relacionats amb la **salut**.

Diversos professionals de referència del territori, es desplaçaran a diferents municipis per realitzar les **xerrades i els tallers**.

Les sessions són **gratuïtes** i obertes a tota la ciutadania dels municipis de:

Guardiola de Font-Rubí, Vilobí, Les Cabanyes i Pacs.

Si ho desitgeu us podeu inscriure als ajuntaments, o bé a través del següent enllaç o del QR:

<https://forms.gle/CpAhPx3XPMQ9T9p27>



CALENDARI DE LES SESSIONS DEL CURS 2025-2026

ESARE A				
Trimestre	Data	Nom del taller	Ponents	Horari i ubicació
Primer Trimestre 2025	24 de setembre	Alimentació saludable	Anna Farrés Dietista nutricionista	Horari: 17 a 18h Lloc: Casal d'avis Guardiola de Font-rubí
	22 d'octubre	Musicoteràpia	Oriol Vallès Musicoterapeuta	Horari: 17 a 18h Lloc: Casal d'avis Guardiola de Font-rubí
	26 de novembre	Xerrada sobre l'Edatisme	Serveis socials Bàsics	Horari: 17 a 18h Lloc: Casal d'avis Guardiola de Font-rubí
Segon Trimestre 2026	21 de gener	El bon ús dels medicaments (PESBUM)	Farmacèutica comunitària	Horari: 11 a 12h Lloc: Casal de la gent gran Les Cabanyes
	18 de febrer	Activa't	Meritxell Casañas Fisioterapeuta	Horari: 11 a 12h Lloc: Casal de la gent gran Les Cabanyes
	18 de març	Veus el què beus?	David Altafaja Metge de família Vinyet Ràfols Infermera de família	Horari: 11 a 12h Lloc: Casal de la gent gran Les Cabanyes
Tercer Trimestre 2026	16 d'abril	Benestar Emocional	Cristian Serrano Psicòleg	Horari: 11.15 a 12.15h Lloc: Centre Cívic Pacs
	14 de maig	Elaboració i registre del Document de voluntats Anticipades (DVA)	Associació Dret a Morir dignament	Horari: 11.15 a 12.15h Lloc: Centre Cívic Pacs
	11 de juny	Sobrecàrrega de la persona cuidadora	Anna Bàrcena Metgessa de família Rosa Noria Infermera de família	Horari: 11.15 a 12.15h Lloc: Centre Cívic Pacs

Col·laboració dels ajuntaments dels municipis adscrits a l'EAP Penedès Rural Est



Institut Català de la Salut
Atenció Primària



Generalitat
de Catalunya



Socialment
Responsables

