

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

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:

**Subirats, Olesa de Bonesvalls, Avinyonet i
Sant Cugat Sesgarrigues.**

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 C				
Trimestre	Data	Nom del taller	Ponents	Horari i ubicació
Primer Trimestre 2025	24 de setembre	Musicoteràpia	Oriol Vallès Musicoterapeuta	Horari: 17.30 a 18.30h Lloc: Ateneu Ordal
	22 d'octubre	Activa't	Meritxell Casañas Fisioterapeuta	Horari: 17.30 a 18.30h Lloc: Ateneu Ordal
	26 de novembre	Veus el què beus?	Sara Freixedas Metgessa de família Bet Subirà Infermera de família	Horari: 17.30 a 18.30h Lloc: Ateneu Ordal
Segon Trimestre 2026	29 de gener	Benestar emocional	Cristian Serrano Psicòleg	Horari: 11 a 12h Lloc: Casal el Roure Olesa de Bonesvalls
	26 de febrer	Elaboració i registre del Document de voluntats Anticipades (DVA)	Associació Dret a Morir dignament	Horari: 11 a 12h Lloc: Casal el Roure Olesa de Bonesvalls
	26 de març	Sobrecàrrega de la persona cuidadora	Maria Porteros Metgessa de família Bet Subirà Infermera de família	Horari: 11 a 12h Lloc: Casal "El Roure" Olesa de Bonesvalls
Tercer Trimestre 2026	16 d'abril	Alimentació saludable	Anna Farrés Dietista nutricionista	Horari: 17 a 18h Lloc: Casal de la gent gran Sant Cugat Sesgarrigues
	14 de maig	El bon ús dels medicaments (PESBUM)	Farmacèutica comunitària	Horari: 17 a 18h Lloc: Casal de la gent gran Sant Cugat Sesgarrigues
	18 de juny	Xerrada sobre l'Edatisme	Serveis socials Bàsics	Horari: 17 a 18h Lloc: Casal de la gent gran Sant Cugat Sesgarrigues

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

