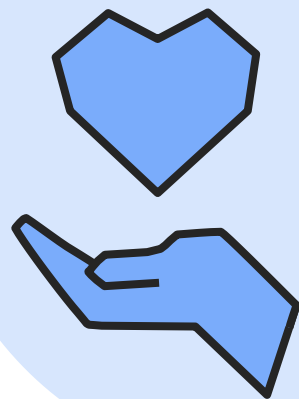


Activitat emmarcada en el Dia Europeu per a  
la Prevenció del Risc Cardiovascular

# Cuida el teu cos

Activitats sense inscripció on podràs  
conèixer el teu risc cardiovascular i  
aprendràs hàbits saludables per millorar-lo



**Dimarts 19 de març d'11 a 14.30 hores**

Local de l'AAVV del Turonet – c. Lepant, 97

Xerrades:

- Com influeixen les emocions en l'alimentació?
- Petits canvis per menjar millor
- Controlar l'estrès: teoria i pràctica

Taller: “Què és el meu risc cardiovascular?”



**Dijous 21 de març a les 10.30 hores**

Al CAP Canaletes i al CAP Serraperera

Taller: “Activa't, exercicis terapèutics”



**Divendres 22 de març de 8 a 14 hores**

Mercat de Serraperera – c. St. Casimir, s/n

Taula informativa

**Organitza:** Equips d'Atenció Primària Canaletes, Serraperera i La Farigola.  
Ajuntament de Cerdanyola del Vallès. Servei de Promoció de la salut.