

JORNADES PER LA SALUT DE LES DONES



Diumenge 7 juny

De 9:30 a 12:00h

VII CURSA DE LES DONES #NomesSiesSi #Respecta'm

Zumba/escalfament. Cursa 5km – Cursa i
Caminada. Curses infantils 750m i 1,5 km

Oberta a tothom! Inscripcions i + info a naturetime.es

📍 Passeig de les Palmeres

Dijous 11 juny

De 18:30 a 20:30h

TALLER: "HABITAR-ME. UN ESPAI PER TORNAR A TU"

Espai de desenvolupament i creixement
personal per a dones, a càrrec de Montse Martí.

Inscripcions a cambrils.cat/igualtat

📍 Ateneu Juvenil

Divendres 12 juny

De 17:00 a 19:00h

TALLER: "UN MÓN ENTRE CAMES... I MOLT MÉS"

A càrrec de Mireia Grossmann, fisioterapeuta
especialista en sòl pelvià; Dr. Francesc
Feliu, especialista de l'Hospital Joan XXIII de
Tarragona i Àngels Roca, presidenta d'ASIA.

📍 Casal de la Gent Gran

Dilluns 15 juny

A les 19:00h

CINEMA-COL·LOQUI

Projecció film BAILAR LA LOCURA i col·loqui
posterior amb la direcció del documental i la
referent de benestar emocional i comunitari
de l'Hospital Lleuger de Cambrils.

📍 Ateneu Juvenil

Cada dilluns de 17:00 a 18:15h

APRENEM A GESTIONAR EL QUE SENTIM

Et sents malament i no saps ben bé perquè?
Sents que t'aïlles? Creus que et costa
relacionar-te amb els altres? Necessites parlar
amb algú?

Cal cita prèvia. Contacta amb Joventut!

joventut@cambrils.cat / 629 658 817 / 662 944 208

Per a joves de 12 a 17 anys.

Dimarts de 15:30 a 16:45h

BENESTAR EMOCIONAL PER A JOVES +18 ANYS

Activitat grupal de suport emocional i
creixement personal.

Cal cita prèvia. Contacta amb Joventut!

joventut@cambrils.cat / 629 658 817 / 662 944 208

Per a joves de 18 a 29 anys.

Cada dimarts de 17:30 a 19:00h

ESPAI DE BENESTAR

Et trobes sol/a i les tardes se't fan llargues?
Tens ganes de trobar gent amb qui poder
conversar?

Don't un espai cada setmana per cuidar-te i
conèixer gent nova.

T. 662 944 208

Obert a tothom.

📍 Casal de la Gent Gran

Cada dimecres de 17:00 a 19:00h

PUNT DE SALUT

Tens preguntes sobre temes de salut que no
saps a qui preguntar?

(afectivitat, alimentació, sexualitat, consums,
assetjament...)

Espai de consulta totalment personal i
confidencial sobre qualsevol tema de salut.

Per a joves de 12 a 30 anys.

No cal demanar cita prèvia.

📍 Ateneu Juvenil

Un dimecres cada tres setmanes a les 11:00h

VINCLES CULTURALS

Espai de trobada per descobrir la cultura, la
història i el patrimoni de Cambrils, tot
promovent el benestar personal i les relacions
socials.

Cal inscripció prèvia. T. 662 944 208

Obert a tothom.

igualtat@cambrils.cat
977 79 45 52 / 627 247 669

Consulta
el programa
complet:

