

# ESCUELA DE SALUD PARA MAYORES 2019

## CONFERENCIAS LOS MARTES CON SALUD

- 22 | OCTUBRE** Benefíciate de los alimentos
- 29 | OCTUBRE** ¡Vamos al campo! Beneficios para la salud del contacto con la naturaleza
- 5 | NOVIEMBRE** Que la ansiedad no te controle
- 12 | NOVIEMBRE** Cómo favorece el ejercicio físico en la salud
- 19 | NOVIEMBRE** Cuidados del cuidador

**Centro de Mayores Nuestra Señora de la Paz**  
C/. Nuestra Señora del Pilar, 2. Horario: de 10:30 a 12 h.



**INSCRIPCIÓN  
GRATUITA**

Llamando al servicio  
de salud: 91 663 70 01  
(extensión 4016) en  
horario de 9 a 14 h.