

**SALUD** ■ HABRÁ TALLERES Y ACTIVIDADES DESDE LAS 10 HASTA LAS 19 HORAS

# El Centre Cívic del Carme acoge la I Jornada de Fisioteràpia Solidària

■ El Centre del Carme de Reus, ubicado en la plaza de la Patacada, acogerá este próximo sábado 12 de diciembre la *I Jornada de Fisioteràpia Solidària*, organizada por la Secció Territorial del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.

Todos los participantes en la jornada -que se desarrollará entre las 10 de la mañana y las siete de la tarde- tendrá la oportu-

nidad de hacer una aportación económica voluntaria, que se destinará al Banc d'Aliments de Tarragona, con sede en Reus.

A lo largo de las nueve horas de actividad ininterrumpidas se han programado talleres para toda la familia y diversas charlas para divulgar aspectos y hábitos poco conocidos de la fisioterapia, como son la sofrología (un entrenamiento personal basado

en técnicas de relajación y de activación del cuerpo y la mente), el *chikung* (un sistema chino de autodesarrollo pensado como medio que permite asumir plena responsabilidad personal para la proyección de la salud), o descubrir qué puede hacer la fisioterapia para prevenir y combatir la incontinencia urinaria.

Cada ciudadano que lo desee tendrá la oportunidad de concer-

tar una sesión totalmente individual y privada con un fisioterapeuta. Para que todo el mundo pueda disfrutar de todas las actividades programadas (que tienen un límite de participantes), aquellos que estén interesados tienen que reservar cita con un fisioterapeuta. Es necesario que se inscriban en el siguiente correo electrónico: [professional@fisioterapeutes.cat](mailto:professional@fisioterapeutes.cat).

## Diferentes talleres

Los diferentes talleres y actividades son los siguientes: Masaje infantil (10 horas), Sofrología (10 horas), Stop a la incontinencia urinaria (11 horas), El GIM en casa: más *training* y menos *zapping* (11 horas), Desarrollo motor del

bebé: sesión práctica de observación y orientación a las familias (12 horas), Clase grupal de ejercicios para favorecer el retorno venoso (12 horas), Reeducación de la postura (16 horas), Gimnasia +60 (16 horas), Taller de *chikung/qi gong* (17 horas) y Taller de introducción y/o perfeccionamiento a la gimnasia abdominal hipopresiva (18 horas).

Las aportaciones económicas voluntarias se destinarán al Banc d'Aliments