

## Stands Domingo

Altiplano Salud  
Óptica, ortopedia y audiología SAN FERMÍN  
Cruz Roja  
Centro auditivos AUDIKA  
Centro Deportivo Olivares  
AECC  
AMFIJU  
AJUFI  
ASAMJU  
Asociación de Diabéticos Altiplano  
AMC  
Aspiradoras ecológicas  
Más Activa con Banco de Tiempo Jumilla  
Protección Civil Jumilla  
ADIX  
Club deportivo de Ajedrez Coimbra  
PAS MURCIA  
THERMOMIX  
AUROPILATES  
Concejalía de Sanidad  
FOTOMATON



## Participan

Parafarmacia Juana Mari  
Altiplano Salud  
Óptica, ortopedia y audiología SAN FERMÍN  
AMC  
Centro Auditivos AUDIKA  
Thermomix  
Centro Deportivo Olivares  
Grupo Bailalo  
Auropilates  
Asociación Muévete  
Aspiradoras ecológicas  
Verónica Ortega Estética  
Ochoa Escuela de Ballet  
Gimnasio Evolution  
Dinamo  
Herbolario Savia de la Tierra  
Clínica Dental Bleda  
Grupo FIT KID  
Nutrifisport  
Japis Eventos

## Colaboran

Cruz Roja  
Aspajunide  
Protección Civil  
Centro Social de Personas Mayores IMAS  
AJUFI  
AMFIJU  
ASAMJU  
Asociación Diabéticos del Altiplano  
Centro Regional de Hemodonación  
Club Deportivo de Ajedrez Coimbra  
ADIX  
PAS MURCIA  
Consejería de Sanidad "Programa Activa"  
Grupo Hinneri  
Stipa  
Concejalía de Educación  
Concejalía de Deportes  
Área V de Salud del Altiplano

# 4ª Semana de la Salud

EDUCACIÓN Y DEPORTE

DEL 29 DE ABRIL AL 5 DE MAYO 2019 | CIUDAD DE JUMILLA



TALLERES  
PROMOCIONES  
CHARLAS  
ACTIVIDADES



## Promociones

### Parafarmacia Juana Mari

Promociones durante toda la semana en productos y dietética.  
c/ Juan Ramón Jiménez s/n

### Altiplano Salud

En depilación láser definitiva 50% de descuento en la primera sesión, toma de tensión gratuita, y sesión de fisioterapia 15€, descuento del 10€ en los reconocimientos médicos de conductores y armas.  
Plaza la Alcohlera.

### Óptica, ortopedia y audilogía SAN FERMÍN

Revisiones con descuentos 2X1 en audilogía INTERTON  
c/ Juan Ramón Jiménez s/n

### Centro Auditivo AUDIKA

Revisiones auditivas gratuitas, talleres sobre limpieza y mantenimiento de los audífonos y moldes auditivos. Promociones especial Semana de la Salud.  
AVD. de Levante, 45

### Centro Deportivo Olivares

50% de descuento si traes a un amigo.  
c/ Pio XII s/n

### Auopilates

Jornadas de puertas abiertas

Miércoles: 19:00 a 20:00 Zumba  
20:00 a 21:00 Pilates en camas elásticas

Jueves: 19:00 a 20:00 Pilates  
20:00 a 21:00 Flamenco Terapéutico  
21:00 a 22:00 Recharge (pilates, yoga, taichí)

c/ Joaquín Turina, 2 bajo

### Herbolario Savia de la Tierra

5% a 10% en diferentes productos.  
c/ Juan XXIII esquina Viriato

### AMC

Jornadas de puertas abiertas martes mañana de 10:30 a 13:00 y tarde de las 17:00 h. a 21:00  
Avd. Reyes Católicos 1, entresuelo B

### Ochoa Escuela de Ballet

Jornadas de Puertas abiertas, ballet adulto lunes, miércoles y viernes de 9:15 a 10:15, tarde lunes y miércoles 20:30 a 21:30.  
Martes y jueves 21:30 a 22:30.  
Avd. Reyes Católicos 1, entresuelo F

### Thermomix

Jueves 2 a las 19:30 y sábado 4 a las 17:00h taller gratuito de cocina saludable  
c/ Médico D. Luis Martínez bajo, frente restaurante Reyes Católicos.

### Clínica Dental Bleda

Puertas abiertas durante la semana.  
c/ Canalejas, 75 bajo

### Verónica Ortega Esteticista

Promoción en cremas faciales al 50%, en tratamientos faciales y corporales un 10% de descuento  
Avd. de Reyes Católicos, 7 bajo

### Nutrifitsport

5% en diferentes productos.  
Avd. de Levante, 17 bajo.

## Actividades

### Lunes 29 de abril

19:30h a 20:30h

Puertas Abiertas Actividad acuática para Jóvenes y adultos: Aquagym  
**Piscina Municipal Cubierta**

19:30h

Proyección película-coloquio a cargo de la Asociación de Personas con Alta Sensibilidad de Murcia, "Sensitive".

**Sala Gavilanes. Centro Roque Baños**

### Martes 30 de abril

09:30h a 10:30h

Puertas Abiertas Actividad Acuática: Aquagym  
**Piscina Municipal Cubierta**

16:00h a 17:00h

Puertas Abiertas Natación Terapéutica Niñ@s  
**Piscina Municipal Cubierta**

16:30h a 17:30h

Puertas Abiertas Programa Activa Familias  
**Polideportivo Municipal "La Hoya"**

18:00h a 19:00h

Puertas Abiertas Programa Activa Adultos  
**Pabellón Municipal "Carlos García"**

17:00h a 21:00h

Centro Regional de Hemodonación: Día de donación de sangre y médula.  
**Centro de Salud de Jumilla**

19:30h

Charla de Nutrición a cargo del Programa Activa Familias ( Consejería de Sanidad. Impartida por Rebeca Pastor Valero Dietista-Nutricionista (colegiada n.º MU00043) Espectáculo Saludable: Alimentación Familiar" Apto para todos los públicos.  
**Sala Gavilanes Centro Roque Baños**

### Miércoles 1 de mayo

11:00h

Juegos tradicionales por la Asociación Dinamo  
Taller de ajedrez por la Asociación Deportiva Ajedrez Coimbra.  
Información e inscripción: 652 24 92 28  
**Plaza de la Alcohlera**

### Jueves 2 de mayo

09:15h a 10:15h

Puertas Abiertas **Pabellón de Deportes "Carlos García"**  
Gimnasia de mantenimiento fitness

10:00h a 13:00h

"Quiero cuidarme CUERPO-MENTE- CORAZON"  
Mesa en la puerta del Centro de Salud toma de tensión, glucosa etc ...  
Area V de Salud del Altiplano

11:30h a 12:30h

Puertas Abiertas Natación Terapéutica Adultos  
**Piscina Municipal Cubierta**

19:00h

Charla- Taller " MI CUERPO, MIS REGLAS: AUTO CUIDADO EN LA MENSTRUACIÓN" a cargo de la Caravana Roja (Lola Hernández Psicóloga)  
Taller destinado a mujeres de cualquier edad, con objetivo de visibilizar el conocimiento del ciclo menstrual como herramienta de promoción de la salud.

Mas info: lacaravaranaroja.com

**Sala La Bodeguilla. Centro Roque Baños**

Mesa Redonda "El diseño y el tejido empresarial"

**Auditorio del conservatorio "Julián Santos"**

### Viernes 3 de mayo

09:15h a 10:15h

Puertas abiertas Pabellón de Deportes "Carlos García"  
Gimnasia de mantenimiento terapéutica

10:30h a 11:30h

Puertas Abiertas Natación Mayores  
**Piscina Municipal**

19:30h

Charla de la Asociación Residuos Cero Murcia " Residuos Zero el camino hacia la eliminación de vertedero" impartida por Cristina Cañavate Fernández.

**Sala los Gavilanes. Centro Roque Baños**

Curso 3 y 4 de mayo "PRIMEROS AUXILIOS EN MONTAÑA" Nivel 1, Seguridad y Prevención de Riesgos. Duración 13 horas impartido 24€ federados | 50€ no federados  
Grupo Hinneri, EMA y Comité de Seguridad y Salud.  
**IES Arzobispo Lozano** | más info: www.fmrm.net

### Sábado 4 de mayo

Marcha al humedal Charco del Zorro, con la colaboración del Grupo Hinneri Jumilla y Stipa. Para todas las edades, salida a las 10:00h desde La Plaza de Arriba, llevar ropa deportiva y almuerzo.

Inscripciones **hasta el 30 de abril** en el 968782020 ext. 360 y a través del correo areasanidad.ss@jumilla.org

### Domingo 5 de mayo

09:30h

Gachamiga en el Paseo Poeta Lorenzo Guardiola.  
**Centro Social de personas mayores IMAS**

10:00h a 14:30h

Exhibiciones en el Paseo Poeta Lorenzo Guardiola: a cargo de Centro Deportivo Olivares, Auropilates, Aspajunide, Centro Social para personas mayores IMAS, Asociación Muévete, Grupo Bailalo, Gimnasio Evolution, Fit Kid