

# PROGRAMA

## JORNADAS DE SALUD PARA LA MUJER

21 al 30 de Mayo de 2018

Miguel Esteban



**Inscripciones hasta el 18 de Mayo**

Centro de la Mujer (Ayuntamiento Miguel Esteban, 2ª Planta)

Teléfono: 925 172 583 (ext. 5)

## **Lunes 21 y Miércoles 23 de Mayo**

### **Taller de Autoestima y Relajación “Conecta contigo misma”**

Horario: 18 h. Aula Centro Multifuncional

Precio inscripción (las 2 sesiones): 1 €

## **Jueves, 24 de Mayo**

### **Desayuno saludable, a continuación Charla Informativa: “Sexualidad y Detección del Cáncer de útero”**

Horario: 9.30 h. Aula Centro Multifuncional

Precio inscripción: 1 €

### **Charla “Este no es mi cuerpo. El suelo pélvico en el postparto”**

Horario: 17 h. Aula Centro Multifuncional

Precio inscripción: 1 €

## **Viernes, 25 de Mayo**

### **Charla “No me hagas reír que me meo. Qué es el suelo pélvico”**

Horario: 17 h. Aula Centro Multifuncional

Precio inscripción: 1 €

## **Miércoles, 30 de Mayo**

### **Ruta de senderismo por la Sierra de Madrideojos.**

Recorrido guiado por la sierra para disfrutar de su fauna y flora. También se realizarán algunas actividades como cuentacuentos para personas adultas y manualidades.

Salida: 9 h (estación de autobuses). Hora de llegada: 15 h. No incluye comida.

Precio inscripción: 5 €