

PROGRAMA DE FORMACIÓ PER A
LA DONA
2009

CONFERÈNCIES

- LA PREVENCIÓ EN EL MANTENIMENT DE LA SALUT
- TRASTORNS DEL SOMNI INSOMNI.



PROGRAMA DE FORMACIÓ PARA
LA MUJER
2009

CONFERENCIAS

- LA PREVENCIÓN EN EL MANTENIMIENTO DE LA SALUD.
- TRASTORNOS DEL SUEÑO. INSOMNIO



Ajuntament
de Manises
Regidoria de la Dona



PROGRAMA DE FORMACIÓ
PER A LA DONA
2009

CONFERÈNCIES

DIA 26 D'OCTUBRE DE 2009
LA PREVENCIÓ EN EL MANTENIMENT
DE LA SALUT

A CÀRREC DE: Sra. M^a. Carmen Oltra Sanchís

LLOC:
C/ Menéndez y Pelayo, 12
Departament Educació
HORA: 18:00 a 19:00

CONTINGUT:
La importància de la prevenció. Les revisions anuals obligatòries. Revisió mèdica general.
Revisions complementàries en funció de l'edat i sexe: Periodicitat. Les revisions menys freqüents.
Vacunes recomanades. Medicació/automedicació.

DIA 3 DE NOVEMBRE DE 2009
TRASTORNS DEL SON. INSOMNI

A CÀRREC DE: Sra. Concha Gimeno Belmonte

LLOC:
C/ Menéndez y Pelayo, 12
Departament Educació
HORA: 18:00 a 19:00

CONTINGUT:
Què és l'insomni? Quins són els seus símptomes?
Causes més habituals i patologies.
Mesures preventives.

PROGRAMA DE FORMACIÓ
PARA LA MUJER
2009

CONFERENCIAS

DÍA 26 DE OCTUBRE DE 2009
LA PREVENCIÓN EN EL MANTENIMIENTO
DE LA SALUD

A CARGO DE: Dña. M^a Carmen Oltra Sanchís

LUGAR:
C/ Menéndez y Pelayo, 12
Departamento Educación
HORA: 18:00 a 19:00

CONTENIDO:
La importancia de la prevención. Las revisiones anuales obligatorias. Revisión médica general.
Revisiones complementarias en función de la edad y sexo: Periodicidad. Las revisiones menos frecuentes. Vacunas recomendadas. Medicación/automedicación.

DÍA 3 DE NOVIEMBRE DE 2009
TRASTORNOS DEL SUEÑO. INSOMNIO

A CARGO DE: Dña. Concha Gimeno Belmonte

LUGAR:
C/ Menéndez y Pelayo, 12
Departamento Educación
HORA: 18:00 a 19:00

CONTENIDO:
Qué es el insomnio. Cuáles son sus síntomas.
Causas más habituales y patologías.
Medidas preventivas.

