

# Taller prevención de caídas

## CUIDA DE TU SALUD



### Quien realiza este taller:

Esther, nuestra fisioterapeuta de Zaratán junto con Alicia nuestra enfermera.

**4 días** a lo largo del mes de mayo, dirigido a **MAYORES DE 65 AÑOS**.



### Días, horario y lugar:

5 de mayo lunes a las 13:00 horas  
14 de mayo miércoles a las 13:00 h.  
21 de mayo miércoles a las 13:00 h.  
28 de mayo miércoles a las 13:00 h.  
**EN LA LUDOTECA CIGUÑUELA**

### Inscripciones:

Es necesario apuntarse (con Rocío, Néstor ó Alicia) antes del día 28 de abril para saber el número exacto de participantes y preparar la sala y material necesario.



### Prevención:

Lo importante en nuestra salud es la prevención, por ello ánimo a participar:  
**COLABORA MEJORANDO TU SALUD  
APRENDE A CUIDARTE**

