

Credine 
presenta

**Programa
Intervención
Comunitaria en el
Entorno**

Talleres

1. Activa tu cerebro: memoria.
2. Ejercicio físico, un hábito necesario.
3. Prevención de caídas.
4. Hábitos saludables y prevención de la discapacidad neurológica.
5. Alimentación saludable, antiinflamatoria y alimentos neuroprotectores.
6. Red de gabinetes de accesibilidad del Imserso y productos de apoyo para la Autonomía personal y los cuidados.
7. Primeros auxilios: cómo actuar ante un atragantamiento, ante convulsiones y persona inconsciente. Identificar síntomas de Ictus. RCP básica en adultos.
8. Dependencia y Discapacidad.
9. Ocio y tiempo libre.
10. Emociones.
11. Disfagia.

Lugar: CSPM Pumarín.

Temporalidad: meses de abril, mayo y junio.

Los viernes a partir del 10 de abril de 2026.

Horario: 11:30-13:00h.

Dirigen talleres: Equipo multidisciplinar Credine.