

Comença la sisena edició de l'Aula de la Salut

Per sisè any consecutiu es presenta el cicle de conferència de l'Aula de la Salut, un programa que va néixer l'any 2003 amb l'objectiu d'apropar els serveis sanitaris i els seus professionals



L'Aula de la salut és una col·laboració de l'Hospital General de Granollers, la xarxa de centres d'Atenció Primària (ICS) i el Servei de Salut Pública de l'Ajuntament de Granollers, amb la participació de la xarxa de centres cívics de la ciutat. Aquesta és una activitat consolidada dins les activitats que es duen a terme en els centres cívics de la ciutat on professionals de diferents institucions sanitàries de Granollers tracten temes diversos relacionats amb la salut.

La presentació del cicle de conferències tindrà lloc el proper dimecres 1 d'octubre a les 19 hores al Museu de Granollers, i comptarà amb la presència de l'Im. Sr. Josep Mayoral, alcalde de Granollers, el Dr. Joaquim Verdaguer, Director d'Atenció Primària Metropolitana Nord de l'Institut Català de la Salut (ICS), el Dr. Carles Vallbona i el director de l'Hospital General de Granollers, Dr. Rafael Lledó. La xerrada inaugural porta per títol "Relacions i benestar psicològic" i anirà a càrrec de Xavier Guix, psicòleg i escriptor. En aquesta conferència es parlarà de la importància de les relacions com un condicionant que ajuda en la motivació i en la responsabilitat sobre les malalties.

PROGRAMA DE L'AULA DE LA SALUT 2008-2009

RELACIONS I BENESTAR PSICOLÒGIC

A càrrec de: Xavier Guix, Psicòleg i escriptor

Dia: Dimecres 1 d'octubre de 2008 a les 19:00 h

Lloc: Museu de Granollers (c/ Anselm Clavé, 40-42)

El benestar psicològic està estretament vinculat al benestar relacional. Quan estem bé amb els nostres, sembla que tot va bé. I el mateix passa al contrari. La importància de la

comunicació no rau tant en l'habilitat comunicativa com en la voluntat d'establir una bona relació: comunicar-se és posar en comú i vincular-se.

Avui dia sabem que la relació és curativa. Si bé no és un agent causal, com pot ser una intervenció o un tractament específic, es mostra com un condicionant que ajuda en la motivació i en la responsabilitat sobre la pròpia malaltia.

IMPACTE ACTUAL DEL VIH AL VALLÈS ORIENTAL

A càrrec de: Dr. Enric Pedrol, Metge de la Unitat del VIH de l'Hospital General de Granollers.

Dia: Dimecres 19 de novembre de 2008 a les 19:00 h

Lloc: Centre Cívic Can Gili

La sida ha deixat de ser una malaltia terminal per convertir-se en una patologia crònica sobre tractament continu. Però tot i així no podem baixar la guàrdia sobre el risc de contagi, especialment entre els més joves. Com informar correctament sobre les vies de transmissió? Quins són els tractaments actuals? Quins efectes secundaris comporten?

TRASTORNS RESPIRATORIS I "NO RESPIRATORIS" DE LA SON

A càrrec de: Dra. Marta Torrella, Pneumòloga de l'Hospital General de Granollers.

Dia: Dimecres 17 de desembre de 2008 a les 19:00 h

Lloc: Centre Cívic Palou

Els trastorns de la son i el "no dormir bé", a part de ser causa de somnolència, afecta també a moltes altres funcions de l'organisme: afavoreix la presència d'hipertensió arterial, diabetis, obesitat i moltes altres patologies. Els més freqüents són per causa respiratòria i van des del simple ronc, fins a les aturades respiratòries repetides, les anomenades apnees.

LA MEDICALITZACIÓ CREIXENT DE LA VIDA

A càrrec de: Dra. Esther Limon, Metgessa de família del CAP Sant Miquel. ICS

Dia: Dimecres 21 de gener de 2009 a les 19:00 h

Lloc: Centre Cívic Jaume Oller

Cada vegada més copsem que som una societat amb presses, formada per gent que no es pot permetre estar malalta: no podem tenir febre, no podem quedar-nos a casa per guarir-nos, no podem deixar els nens a casa... Sembla un imperatiu ser joves i sans. Per això de vegades demanem al sistema sanitari unes respostes que no ens pot donar. Com podem tornar a tenir cura de nosaltres mateixos? Com podem deixar de tenir por a la malaltia? Què pot fer el sistema sanitari per nosaltres i què no?

LES CAIGUDES ES PODEN PREVENIR

A càrrec de: M^o Àngels Fontova i Antonio Martin, Infermeria del CAP Vallès. ICS

Dia: Dimecres 18 de febrer de 2009 a les 19:00 h

Lloc: Centre Cívic Can Bassa

Les caigudes són el tipus d'accident més freqüent en la gent gran en el nostre medi i normalment acaben en fractures que són motiu d'ingrés hospitalari. El risc de patir caigudes depèn tant de factors personals de l'individu com de factors extrínsecs o mediambientals. Uns consells de salut i petites intervencions a l'entorn ajudaran a disminuir el nombre de caigudes entre la gent gran.

ADDICCIÓ A NOVES TECNOLOGIES

A càrrec de: Fèlix Díaz, Psicòleg clínic de l'Hospital de Dia de Salut Mental Benito Menni CASM

Dia: Dimecres 18 de març de 2009 a les 19:00 h

Lloc: Centre Cívic Can Gili

La presència d'Internet a les nostres vides i la dels nostres familiars és cada dia major. Si bé per a molts de nosaltres és una eina molt útil i gratificant, també pot tenir un impacte negatiu en el nostre benestar psicològic. Com a qualsevol conducta que produeix plaer, Internet pot convertir-se en una "síndrome d'addicció" si arribem a perdre el seu control d'ús i dependre del mateix amb perjudici de la nostra feina, economia o relacions socials i familiars. Per això, és tant important conèixer aquest problema, al seva prevenció i el seu tractament.

AFRONTAR LA MORT D'UN ÉSSER ESTIMAT

A càrrec de: Magda Tura, Treballadora Social de PADES Granollers. ICS

Dia: Dimecres 15 d'abril de 2009 a les 19:00 h

Lloc: Centre Cívic Palou

La mort d'una persona estimada ens provoca una ferida emocional. Sentim un seguit d'emocions difícils i doloroses que anomenem dol. Aquesta situació comporta canvis, a vegades molt importants, en la nostra vida. Quines conseqüències té per a la nostra salut? Com acceptar la pèrdua d'un ésser estimat? Quin camí hem de fer per tornar a viure sense tant de sofriment? Com puc ajudar a una persona que està vivint un dol?

COS I HARMONIA A PARTIR DELS 50

A càrrec de: Encarna Gascon Navarro, Llevadora. ASSIR de Granollers. ICS.

Dia: Dimecres 20 de maig de 2009 a les 19:00 h

Lloc: Local de l'Associació de Veïns del Barri de Congost (c/ Céllecs, 1)

Cuidar-se és important a totes les edats, buscant l'equilibri entre cos i ment. L'harmonia s'aconsegueix amb unes tècniques de respiració activa, la relaxació i una actitud positiva, amb diferents metodologies. A la vegada es pot mantenir el cos en forma sense exposar-se a danys físics i millorant la coordinació i la flexibilitat.

// S'ha separat la Galeria d'imatges corresponent al uploader d'imatges propi del content type, //dels "nodes reference" als continguts de "Galeria d'imatges" pre-existents. ?> // Uploader d'imatges ?> // "Nodes reference" a les Galeries d'imatges ?>

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/noticies/sala-premsa/comenca-sisena-edicio-laula-salut#comment-0>

Enllaços

[1] https://www.granollers.cat/sites/default/files/importades_d6/initial_import/noticia/5839_imatges_0.jpg