

# Conferencias y Actividades Programadas

## Jueves 7

### 9:00 Educación Afectivo Sexual

Impartido por profesionales de equipos de Atención Primaria

### 10:30 Taller de Fitness

Profesor: Roberto Morales del Gimnasio PaidSPORT Center

**ESTA ACTIVIDAD SE REALIZA AL AIRE LIBRE**

### 17:00 Obesidad Infantil

Impartido por profesionales de Atención Especializada del **HOSPITAL UNIVERSITARIO DE FUENLABRADA**.

**18:00 Suelo Pélvico: Prevención Incontinencia Urinarias y otras Disfunciones** a cargo de Marta Asensio, Fisioterapeuta de la Clínica Nortia

**18:00 Taller de Autoconocimiento y Relajación Emocional**  
Profesoras: Susana, Rosana y Mónica, del **CENTRO DE HAZTUA PSICOLOGÍA POSITIVA**

## Viernes 8

### 10:00 Prevención al Inicio del Tabaco

Profesionales de los Equipos de Atención Primaria

### 10:00 Primeros Auxilios

Actividad impartida por profesionales de **CRUZ ROJA**

### 11:00 Talleres de Risoterapia

A cargo de Blanca Vergara y Marta García, psicólogas de **ESCUELA DE SALUD Y GÉNERO "ENTRE MUJERES"**

### 11:30 Educación Postural

Profesionales de Atención Especializada del **HOSPITAL UNIVERSITARIO DE FUENLABRADA**

### 13:00 Exposición de Yoga

Profesor: Alipio Gutiérrez Caballero, **PATRONATO DE DEPORTES**

### 17:00 Creación Literaria "Hablemos de Amor"

A cargo de la Asociación Salud y Alternativas de Vida

### 17:00 Cuida tu salud "Elige una buena dieta"

A cargo de Marisa Molero, doctora en Biología y experta en Nutrición y Dietética

**18:00 Suelo Pélvico: Incontinencia Urinarias y otras Disfunciones**

Profesora: Marta Asensio, Fisioterapeuta de la **CLÍNICA NORTIA**.

### 18:30 Taller de Fitness

Profesor: Roberto Morales del Gimnasio PaidSPORT Center

**ACTIVIDAD AL AIRE LIBRE**

## Sábado 9

### 11:00 Taichi

Profesora: María José Gala Orgaz del **PATRONATO DE DEPORTES**.

### 12:00 Taller de Risoterapia

A cargo de Marta García y Loreto de la Carrera  
Psicólogas de **ESCUELA DE SALUD Y GÉNERO "ENTRE MUJERES"**

### 12:00 Taller de Autoconocimiento y Relajación Emocional

Profesoras: Susana, Rosana y Mónica del **CENTRO DE HAZTUA PSICOLOGÍA POSITIVA**

### 12:00 Taller de Fitness

Profesor Roberto Morales del Gimnasio PaidSPORT Center

**ACTIVIDAD REALIZADA AL AIRE LIBRE**

### 16:30 Teatro de

**Títeres** para los más pequeños

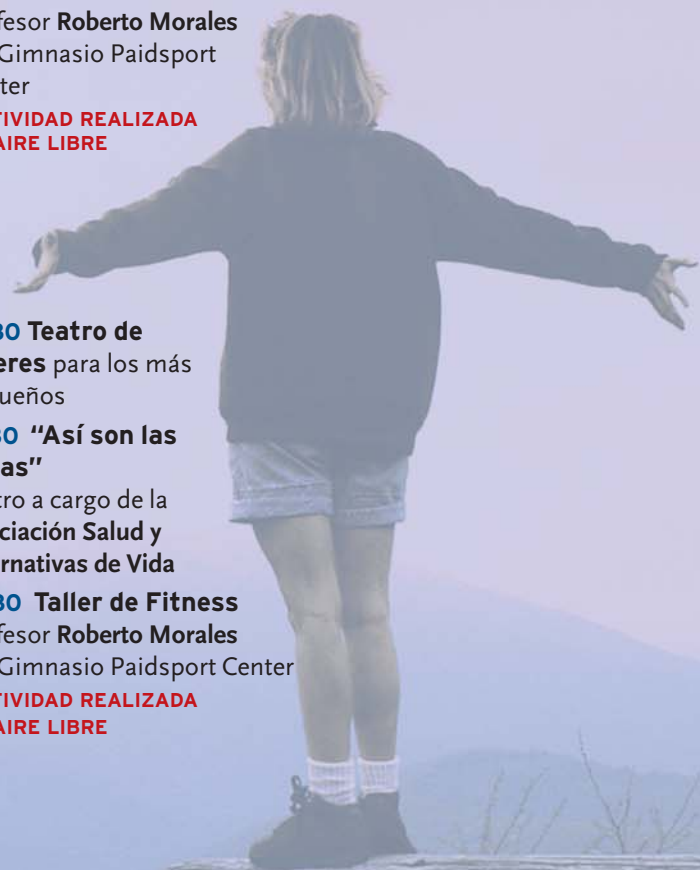
### 17:30 "Así son las cosas"

Teatro a cargo de la Asociación Salud y Alternativas de Vida

### 18:30 Taller de Fitness

Profesor Roberto Morales del Gimnasio PaidSPORT Center

**ACTIVIDAD REALIZADA AL AIRE LIBRE**



## Stands de la Feria

♥ 1.- CONCEJALIA DE SALUD. Información sobre actividades.

♥ 2.- ASOCIACIONES DE SALUD. Como prevenir y convivir con la enfermedad. ¿Dónde me puedo dirigir? A.A. de Salud. de Fuenlabrada.

♥ 3.- ACTIVIDADES NIÑOS. Talleres formativos. Natur del Siglo XXI. A. de Higienistas Dentales

♥ 4.- AREA DE SALUD. Atención Primaria. Servicio Territorial de Salud Pública. Hospital de Fuenlabrada

♥ 5.- CONCEJALIA DE IGUALDAD. Escuela de Salud y Género "Entre Mujeres"

♥ 6.- OFTALMOLOGÍA. Información y prevención. Control de la visión. Fundación para la visión.

♥ 7.- REIKI Y MASAJES METAMÓRFICOS. Mejora tu calidad de vida con masajes. A. Masajes Metamórficos

♥ 8.- ENFERMEDADES OSEAS. Información y medidas preventivas. Cita previa para desintometría. Fundación Fhoemo. A. de Enfermos de Espondilitis

♥ 9.- SALUD MENTAL. Información sobre estigmas en la salud mental. Salud y Alternativa de Vida. Fundación Manantial

♥ 10.- ASOCIACIONES DE SALUD. Información sobre como podemos hacernos donantes. A. Transplantados Hepáticos. A. Armarel

♥ 11.- ALIMENTACIÓN SALUDABLE. Información de alimentos para una dieta saludable. Sociedad Española de Dietética (Sedca)

♥ 12.- ACTIVIDADES DIVERSAS. Primeros auxilios, sexo seguro, etc... Cruz Roja

♥ 13.- DIETETICA, NUTRICION Y ENFERMERIA. La importancia de una alimentación correcta. I.E.S. Salvador Allende

**Petición cita densitometría:** Tel.: 91 697 6046

A. E. de Espondilíticos de Fuenlabrada

**Unidad Móvil Cruz Roja.** Donación de Sangre.

**Feria de la Salud**  
desde el día 7 de abril las 11:00 horas

## Talleres en stand

❗ Técnicas de relajación

❗ Primeros auxilios

❗ Alimentación juego de la pirámide y del menú

❗ Actividad física e higiene postural, puzzle y/o test de actividad física

❗ Utilización y uso correcto del preservativo

❗ Medimos el IMC

❗ Jugamos con la salud

❗ Elaboración de sales de baño

❗ Configuramos nuestro esquelito

❗ Averigua qué es

❗ Cocina saludable: una sana alimentación previene enfermedades.

\* taller de farináceos

\* taller de cocina: la fusión en la alimentación

\* con las manos en la masas

❗ En forma con la Wii

❗ Pequeños científicos

❗ Taller de desayuno: y tú, ¿qué desayunas?

❗ El cepillo que cepilla

❗ Taller de plantas naturales y cosméticos

Desde la Concejalía de Salud consideramos que los municipios, como lugares de convivencia y desarrollo de las actividades que condicionan nuestra vida y nuestro estado de salud son los lugares idóneos para actuar en la políticas públicas y para mejorar el nivel de salud y de vida de nuestros ciudadanos.

Con ese objetivo nació hace cinco años nuestra FERIA DE LA SALUD. La celebración de esta Feria se incluye dentro de distintas actividades que se realizan, desde la Concejalía de Salud y Consumo, dentro del ámbito de la PROMOCIÓN DE LA SALUD. Se trata de fortalecer los conocimientos, aptitudes y actitudes de las personas para que participen corresponsablemente en el cuidado de su salud y elijan estilos de vida saludables.

La Feria de la Salud, con el lema "COMPROMISO POR LA SALUD", se ha desarrollado como una iniciativa de participación social, comunicación educativa y educación para la salud, de ahí que tenga cabida una amplia representación de Asociaciones, Entidades, Profesionales y colectivos ciudadanos y que se dirija a toda la población.

A tod@s los fuenlabreñ@s que se interesen por el evento, les llamaremos la atención la gran variedad de talleres, stands y temas que se desarrollan. No hay que olvidar que son muchos los factores que influyen en el estado de salud de las personas, de ahí que la Organización Mundial de la Salud defina Salud como "el estado de completo bienestar físico, mental y social y no sólo la ausencia de enfermedades". Desde la Concejalía de Salud y Consumo reafirmamos el compromiso de luchar porque la Salud sea un derecho universal.

Agradecemos la colaboración de tod@s y les animamos a participar de forma masiva como en ediciones anteriores.

**Teresa Fernández**  
Concejala de Salud



Estimados vecinos y vecinas:

La Feria de la Salud de Fuenlabrada llega a su quinta edición reafirmando en sus dos objetivos fundamentales: acercar a los ciudadanos y ciudadanas toda la información necesaria sobre los recursos sanitarios existentes en nuestra ciudad, y facilitar el encuentro entre todas las asociaciones que trabajan día a día para mejorar la calidad de vida de sus colectivos y del resto de la ciudadanía.

Informar de forma responsable sobre recursos sanitarios implica además prevenir para facilitar el disfrute de una vida saludable, así como sensibilizar y concienciar a todos los sectores sociales sobre la marginación y discriminación que algunas enfermedades, y sobre todo quienes las padecen, sufren desde el punto de vista sanitario, social y laboral. Y supone reivindicar a la Administración competente que se creen, articulen y coordinen los recursos suficientes para estar a la altura de una sociedad avanzada que apuesta por la igualdad de oportunidades.

En Fuenlabrada, desde que el Ayuntamiento cedió los terrenos en 2007, aún seguimos reivindicando a la Comunidad de Madrid la construcción del Centro de Salud del Barrio Hospital, que daría servicio a los vecinos y vecinas de los barrios Hospital, Universidad y El Vivero, que actualmente tienen que acudir a los Centros de Salud de Loranca, c/ Francia y El Naranjo, con las consiguientes dificultades derivadas de la necesidad de desplazarse fuera de sus barrios y de la saturación añadida en la atención primaria de estos Centros, que ya de por sí, por la falta de medios y profesionales, tienen que atender un número de cartillas muy superior al recomendable para ofrecer una asistencia de calidad.

Defender la Sanidad Pública, reconocer la gran labor de sus profesionales a pesar de las dificultades, cada vez mayores, es también uno de los objetivos de esta Feria de la Salud. El esfuerzo y el compromiso del personal sanitario, junto con el de las entidades y colectivos, es lo que hace posible que la Salud sea un derecho universal y efectivo.

Vaya desde aquí mi agradecimiento y mi reconocimiento a quienes hacen posible esta Feria y que Fuenlabrada siga siendo una referencia imprescindible en la defensa de la Sanidad Pública.

**Manuel Robles**  
Alcalde de Fuenlabrada



COMPROMISO CON LA SALUD



Pza. de la Constitución, 1  
Visita a los stands  
Día 7 a las 11:00

Jueves y viernes,  
de 9:00 a 13:30  
y de 16:30 a 20:00

Sábado,  
de 11:00 a 14:00  
y de 16:30 a 19:30

Feria de la  
**VSALUD**  
FUENLABRADA



Ayuntamiento de  
**FUENLABRADA**  
Concejalía de Sanidad  
Consumo y Comercio

COMPROMISO CON LA SALUD



7~9 abril  
Feria de la  
**VSALUD**  
FUENLABRADA

## Colaboradores

- ♥ Cruz Roja.
- ♥ Natur Siglo XXI
- ♥ C.E.J.O.S
- ♥ Fundación Para La Visión
- ♥ Fundación Manantial
- ♥ Fhoemo
- ♥ Servicio Territorial de Salud Pública
- ♥ Atención Primaria
- ♥ Hospital Universitario de Fuenlabrada
- ♥ Salud Mental
- ♥ IES Salvador Allende
- ♥ Sociedad Española de Dietética y Ciencias de Alimentación (Alumnado Universidad Complutense de Madrid)
- ♥ Clínica Nortía
- ♥ Gimnasio PaidSPORT Center
- ♥ Centro Haztua Psicología Positiva
- ♥ Fundación de Alimentación Saludable.
- ♥ Delegación de Deportes
- ♥ Concejalía de Igualdad
- ♥ Asociaciones De Fuenlabrada

- ‡ Diabéticos
- ‡ Espondilíticos
- ‡ Lucha contra el Cáncer
- ‡ Esclerosis Múltiple.
- ‡ Salud y Alternativa de Vida
- ‡ Transplantado de Hígado
- ‡ Armarel
- ‡ Fibrosis Quística
- ‡ Afifuen
- ‡ Afibrom
- ‡ Afibrosur
- ‡ Micológica de Fuenlabrada

## Agradecimientos

- ♥ Oral -B
- ♥ Casa Museo del Ratón Pérez
- ♥ Kellogg's
- ♥ Foramen S. L.
- ♥ Central Lechera Asturiana
- ♥ Oximesa
- ♥ Viveros Vierdes