

Organitza

Salut/

Hospital Lleuger
Antoni de Gimbernat
CAMBRILS

ACAF
Fibromiàlgia i altres SSC
SFC/EM - SQM - EHS



Collabora:

AJUNTAMENT DE CAMBRILS
Salut Pública

Casal
MUNICIPAL DE LA
Gent Gran
CAMBRILS

Creu Roja
Cambrils



Vent d'Estrop
CAMBRILS



Meditació Activa

CRIT
DIGITAL
Cambrils

HOLOS
SALUT ÍNTEGRA

Salut/ Hospital Lleuger
Antoni de Gimbernat
CAMBRILS

ACAF
Fibromiàlgia i altres SSC
SFC/EM - SQM - EHS

12 MAIG - DIA MUNDIAL DE LA FIBROMIÀLGIA
i altres Síndromes de Sensibilització Central (SSC)

I JORNADA "FEM VISIBLE ALLÒ INVISIBLE" a Cambrils



COMUNICACIÓ 2023 © SALUT SANT JOAN REUS - BAIX CAMP / ILLUSTRACIONS: DAVID CALLAU (PORTADA) I NURI MARINÉ (CONTRAPORTADA)

12 MAIG - DIA MUNDIAL DE LA FIBROMIÀLGIA i altres Síndromes de Sensibilització Central (SSC)

Amb motiu del dia Mundial de Fibromiàlgia i altres SSC, el dia 12 de maig se celebrarà a Cambrils una jornada en diversos espais durant tot el dia.

Esdeveniment organitzat a través de l'Hospital Lleuger Antoni de Gimbernat de Cambrils, juntament amb l'ACAF (Associació Catalana d'Afectades i afectats de fibromiàlgia i altres Síndromes de Sensibilització Central) en col·laboració amb el Departament de Salut Pública de l'Ajuntament de Cambrils i el Casal Municipal de la Gent Gran.

El motiu d'aquest esdeveniment és sensibilitzar a la població i donar visibilitat a aquestes síndromes, a banda de promocionar i presentar el nou **Projecte d'Abordatge Integratiu i Comunitari de la Fibromiàlgia** que s'està gestant a través del CAP i la formació d'una seu territorial de l'ACAF a Cambrils.

HORARIS I ESDEVENIMENTS: (Tallers gratuïts i oberts)

10 h TALLER DE DANSA I MOVIMENT RECONNECTIU, al Parc de la Llosa, al costat de les ruïnes romanes impartit per Laura Gibert (porta la teva "esterilla").

12 h TALLER DE MUSICOTERÀPIA, al Saló d'Actes del Casal Municipal de la Gent Gran, impartit per Manel Castillejo (porta la teva "esterilla").

TEMPS PER A DINAR (LLIURE)

16 h PRESENTACIÓ del Projecte d'Abordatge Integratiu i Comunitari de Fibromiàlgia i altres SSC // Xerrada Medicina Integrativa: (Dra. Moreno / Dra. Figueras), al Saló d'Actes del Casal Municipal de la Gent Gran.

17 h ESPAIS INFORMATIUS I DIVULGATIUS. S'instal·laran al Passeig del Consolat de Mar, al Port, durant tota la tarda (de 17 a 20.30 h) diferents espais informatius dels diversos recursos per a l'abordatge integratiu i comunitari de la fibromiàlgia.

18 h MARXA SOLIDÀRIA I INCLUSIVA organitzada per les fisioterapeutes comunitàries de l'Hospital Lleuger Antoni de Gimbernat de Cambrils i amb **samarretes dissenyades per l'artista Nuri Mariné.** **Punt de sortida:** Casal Municipal de la Gent Gran. Passeig amb familiars, amics/gues, pacients i totes aquelles persones que vulguin sensibilitzar-se amb la causa. Recorregut pel passeig en direcció a la Llosa i tornada, passant pel passeig del Port i fins la platja del Reguerol (zona amb múltiples bancs per a descansar).

19.30 h REGATA SOLIDÀRIA amb el Club de Rem Cambrils, possibilitat que algun/apacient pugui remar o ser portat/da pel Club de Rem, amb la idea d'acabar a la platja del Reguerol, davant la resta de participants amb la Salutació al Sol.

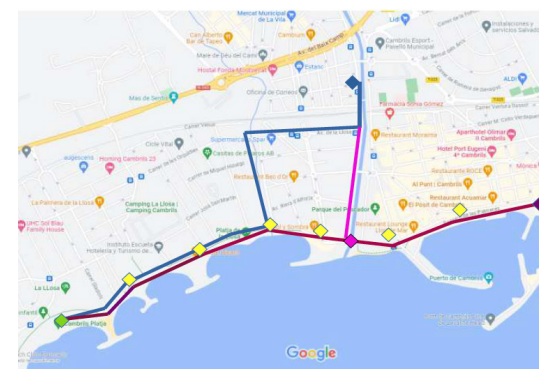
20 h CLASSE DE IOGA I SALUTACIÓ AL SOL a la platja del port (platja del Reguerol) de Cambrils. **HOMENATGE "FEM VISIBLE ALLÒ INVISIBLE". "CAMBRILS DE BLAU".**

La recaptació dels donatius rebuts aquell dia, a través de samarretes solidàries (disseny de Nuri Mariné) i bosses reutilitzables (disseny de David Callau), així com aportacions voluntàries, es destinaran al fons de la Seu Territorial de l'ACAF a Cambrils.

Reserva samarretes/bosses i contacte informació: visnatura.dramoreno@gmail.com

Col·laboren: Creu Roja Cambrils, Club de Rem Cambrils i Vent d'Estrop, Associació de Dones l'Alba, Associació de Dones Amunt, Crit Digital, Meditació activa: Laura Gibert i Manel Castillejo, Dra. Rosa Figueras (Centre Holos Salut Integra), Nuri Mariné i David Callau.

PROPOSTA DE MARXA INCLUSIVA PEL DIA DE LA FIBROMIÀLGIA



- ◆ Punt de sortida (Biblioteca)
- ◆ Punt de reagrupament
- ◆ Final de la ruta
- ◆ Possibles punts de descans
- ◆ Punt de reagrupament amb ruta alternativa
- Anada a la parada de descans
- Anada al final de la ruta
- Marxa alternativa

Des d'un punt de vista interdisciplinari en l'acompanyament de les persones amb fibromiàlgia, és molt important la presència de personal sanitari com són els fisioterapeutes, per tal de poder adaptar i individualitzar l'activitat física a cada individu.

*La distància recorreguda aproximada de la ruta són d'uns 5 km (ruta llarga)

I JORNADA "FEM VISIBLE ALLÒ INVISIBLE" a Cambrils