

DEL 24 AL 29 DE SEPTIEMBRE DE 2018



SEMANA DEL CORAZÓN

Cuida tu corazón
y tu corazón cuidará de ti

ALCALÁ DE HENARES

**JUNTOS PODEMOS PREVENIR
LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES**

ALCALÁ DE HENARES (MADRID) ● ARROYOMOLINOS (MADRID) ● LEÓN ● MADRID ● SANTA CRUZ DE TENERIFE ● VALENCIA

LUNES, 24 SEPTIEMBRE

9:00 h. **Control emocional.** Alumnado de educación infantil y educación primaria

Centros escolares

MARTES, 25 SEPTIEMBRE

10:00 h.
Taller R.C.P.

10:15 h.
Master Class

16:00 h.
Taller R.C.P.

Ciudad deportiva Espartales
(Av. de los Jesuitas, 44)

MIÉRCOLES, 26 SEPTIEMBRE

9:00 h.

Control emocional

Alumnado de educación infantil y educación primaria

Centros escolares

17:00 h.

"Camino de Santiago"

Recepción de la Asociación Corazones Sanos del Henares participantes del Camino de Santiago

Salón de Plenos Ayuntamiento de
Alcalá de Henares (Plaza Cervantes, 12)

JUEVES, 27 SEPTIEMBRE

11:00 h.

Showcooking

"10 ingredientes y tres recetas para mover tu corazón"

Organiza: FOMENTUR (Asociación Profesional de
Hosteleros de Alcalá de Henares)

Restaurante Plademunt (Calle Francisco Díaz, 1)

Finalización del concurso

"Tapa con corazón"

Organiza: FOMENTUR (Asociación Profesional de
Hosteleros de Alcalá de Henares)

El jurado publicará el ganador de la tapa en Instagram

VIERNES, 28 SEPTIEMBRE

9:30 h.

Paseo cardiosaludable

Ruta "Dehesa del Arboreto"

Salida: Auditorio Paco de Lucía
(Nuestra Señora del Pilar, s/n)

16:00 a 20:00 h.

Actividades lúdico informativas

- Carpas informativas
- Autobús "Mujeres por el Corazón"
- Asociación Corazones Sanos del Henares organiza:
Yoga, Taichi, Risetoterapia y Sonidos con alma

Plaza de los Santos Niños

SÁBADO, 29 SEPTIEMBRE

Otra Forma de Moverte (OFM)

12:00 a 14:00 h.

- **DALE RITMO A TUS LATIDOS.** Muévete por tu salud. Ritmo de zumba para el bienestar y mejorar tu calidad de vida
- **CORAZONADAS.** Cada historia que respiras, es vida. Infla tu corazón

- **ESCUCHA TU CORAZÓN.** Controlar el pulso es una forma de escuchar, conocer y proteger nuestro corazón

A partir de las 23:00 h.

- **#ELTABACOROMPECORAZONES.** Campaña nocturna

Plaza de los Santos Niños

TODAS LAS ACTIVIDADES SON GRATUITAS

PROMUEVE



ORGANIZA



ENTIDADES COLABORADORAS

