



Serveis de Salut Integrats
Baix Empordà

#cuidatSSIBE

@imatgessibe

@comssibe

**A L'ABRIL,
CUIDA'T AMB
SALUT!**

Participa al concurs
d'INSTAGRAM



3a JORNADA DE PROMOCIÓ DE LA SALUT A PALAMÓS

DISSABTE, 7 D'ABRIL DE 2018

A partir de les 9 h ens trobareu al Passeig de Palamós (escenari del passeig) i a la platja Gran

Activitats organitzades per la
Comissió de Prevenció i Promoció de la Salut

ACTIVITATS GRATUÏTES APUNTA'T I PARTICIPA!

9.30 - 10.15 h **TONO-STRETCHING**

Centre Inspira Esport i Salut

10.30 - 12 h **SPINNING**

Gimnàs Mes Gavarres

Reserva de bici a partir del 26 de març
amb el teu DNI, al gimnàs o al mail
prevencioipromociosalut@ssibe.cat

12.15 h **A NEDAR! TRAVESSA DE NATACIÓ
EN AIGÜES OBERTES (800M)**

Club Natació Palamós

Es recomana portar vestit de neoprè

12.30 - 13.15 h **CUIDA'T AMB RITME!**

CobosMika Company

Aprèn la coreografia a Youtube, canal Hospitaldepalamos,
i vine a ballar amb nosaltres

13.30 - 14 h **VERMUT 0,0% A RITME DE ROCK & ROLL**

Combinats sense alcohol a càrrec del Punt Jove Palamós i
música en directe amb en Litus. Col·labora: ACAS Baix Empordà

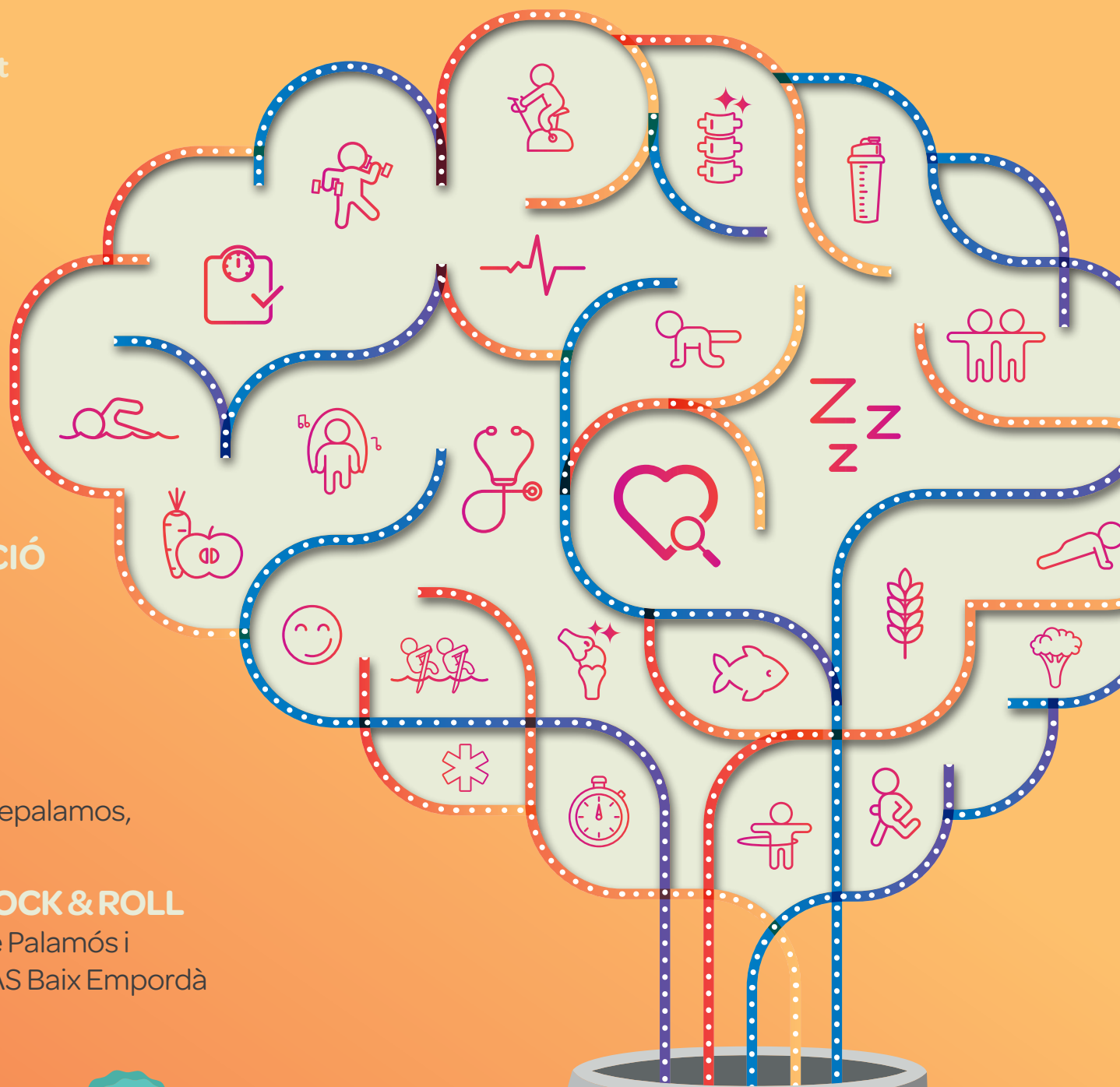
DURANT EL MATÍ, **TASTET DE REM**

Club de Rem Palamós

I PER ALS MÉS PETITS, DE 10 A 12 H:

TALLER DE CIRC amb Pengim Penjam

TALLER DE CUINA. Vine a fer broquetes de fruita



TAULA D'AVITUALLAMENT AMB BEGUDES I FRUITES

+ info:

Tel. 972 609 219
www.ssibe.cat

Amb el suport de:



AJUNTAMENT DE PALAMÓS



Palamós paradís de l'esport

Amb la participació de:



EMPORHOTEL
Serveis d'hotelleria



CLUB DE REM PALAMÓS



CLUB NATACIÓ PALAMÓS



ACAS BAIX EMPORDÀ

LITUS



PENJAM



MES



PUNT JOVE PALAMÓS



INSPIRA
esport & salut



Creu Roja

Sant Feliu de Guíxols-Vall d'Aro



COBOSMIKA
COMPANY