

# TALLER

# SALUD OSTEOARTICULAR

Taller teórico-práctico

**ORGANIZA:** Concejalía de Derechos y Servicios Sociales, Salud y Mayores

**IMPARTE:** Colegio Oficial de Terapeutas Ocupacionales de Asturias

## CONTENIDOS:

- Reconocimiento de sintomatología
- Higiene postural
- Prevención de lesiones
- Ejercicios básicos de mantenimiento
- Movilización de cargas y personas encamadas

## INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES (15 PLAZAS) (+55 AÑOS)

Pueden apuntarse llamando al teléfono **985 53 00 31** o en el correo [ana.fernandez@castrillon.es](mailto:ana.fernandez@castrillon.es) indicando su nombre, apellidos, DNI, fecha de nacimiento y un teléfono de contacto

Días 20, 22 y 26 de octubre, de 10:30 h a 13:30 h en el Valey Centro Cultural (Pl. Europa, 3, 33450 Piedras Blancas)

