



Regalos para los asistentes
y grandes premios en los concursos!
y además se sorteará entre
todos los asistentes una
estancia de fin de semana y
tratamiento para dos
personas en el **Balneario de
Mondariz**.

Auditorio municipal de Narón 14 de mayo 2011 entrada gratuita

Programa:

- 10:15h. Inauguración de las jornadas *Sr. D. José Manuel Blanco Suarez Alcalde del Concello de Narón.
Sr. D. Ramón Padín López, Concejal de Sanidad Narón.
Sr. D. José Ignacio Llamas Fernández, Delegado de la Fundación Zonascordio en Galicia.*
- 10:30h. Ponencia: **Importancia de las enfermedades cardiovasculares y prevención de la Muerte Súbita del Deportista.** (Dr. Carlos Piñeiro).
- 11:00h. Ponencia: **Importancia de una dieta cardiosaludable y el deporte** (D. Juan Iglesias Iglesias, Nutricionista).
- 11:30h. Ponencia: **Importancia de la desfibrilación temprana.** (Dr. Juan Ramón Couce Gómez y de la Tía).
- 12:00h. Ponencia: **El tabaquismo, ¡Abandonar este hábito es posible!** (Dña. María José Garabito, Psicóloga).
- 12:30h. Ponencia: **Importancia de una alimentación saludable.** (Dña. Beatriz Iglesias, Nutricionista).

TALLERES DURANTE TODA LA JORNADA

Inscripciones el mismo día en el auditorio

ELABORACIÓN DE PLATOS CARDIOSALUDABLES	REGENERACIÓN CARDIOVASCULAR 4 talleres	CONCURSO DE DIBUJO	DEPORTES 4 actividades	CONCURSO RELATO CORTO	GINASIA RCP - 8
DURANTE TODA LA JORNADA Dirigido por: D. José Manuel Fdez. Vidal.	10:30h Clase práctica 11:30h. Clase práctica 12:30h. Clase práctica 13:30h Clase práctica	DURANTE TODA LA JORNADA Dirigido por:	10:30h Clase dirigida de spinning 11:30h. Clase dirigida de aerobic 12:30h. Clase dirigida de Pilates 13:30h Clase dirigida de spinning	DURANTE TODA LA JORNADA Dirigido por:	Se realizarán varios Equipos. Su misión consistirá en intentar salvar la vida a una persona que ha sufrido un paro cardiaco Cada equipo estará liderado por un monitor de RCP acreditado por el Plan Nacional de RCP que dará instrucciones a los participantes de su equipo.

colabora:

