



TALLERES DE LA escuela de pacientes pazienteen eskolako

LANTEGIAK

ELIKADURA ETA ARIKETA FISIKOA 2. MOTAKO DIABETESEAN ALIMENTACIÓN Y EJERCICIO FÍSICO EN DIABETES TIPO 2

TOKIA · LUGAR	EGUNAK · FECHAS	ORDUTEGIA · HORARIO
IRURTZUN. Udaletxea. Osoko Bilkuren Aretoa. Foruen plaza, z.g. Ayuntamiento. Salón de Plenos. Plaza de los Fueros, s/n	MARTXOA · MARZO 5, 7, 13, 14	17:00-19:00
VALTIERRA. Valtierra Osasun Etxea. Sta Cruz z.g. Centro de Salud de Valtierra. C/ Santa Cruz, s/n	APIRILA · ABRIL 11, 16, 18, 23	17:00-19:00

GEURE BURUA ETA BESTEAK ZAINTEA CUIDAR Y CUIDARSE

TOKIA · LUGAR	EGUNAK · FECHAS	ORDUTEGIA · HORARIO
IRUÑA. NOPLOIaren gela. Leire k., 15 (sarrera, Zangoza kaleko 5.etik) PAMPLONA. Aula ISPLN. C/ Leyre, 15 (entrada por la calle Sangüesa, 5)	MARTXOA · MARZO 5, 7, 12, 14	17:00-19:00
GARES. Vinculo Etxea. Kale Nagusia, 101 PUENTE LA REINA. Casa del Vínculo C/ Mayor, 101	APIRILA · ABRIL 16, 18, 23, 25	17:00-19:00
CORELLA. Kultur Etxea. María Teresa parkea, z.g. Centro Cultural. Parque Mª Teresa, s/n	APIRILA · ABRIL 17, 19, 24, 26	17:30-19:30

ERITASUN BASKULARREKIN BIZITZEN IKASTEA VIVIR CON UNA ENFERMEDAD VASCULAR

TOKIA · LUGAR	EGUNAK · FECHAS	ORDUTEGIA · HORARIO
IRUÑA. Oliveto Kondea anbulatorioa (6. solairua, 2. gela), Bakearen plaza z.g. PAMPLONA. Ambulatorio Conde Oliveto (6ª planta, aula 2), Plaza de la Paz s/n	MARTXOA · MARZO 6, 8, 13, 15	17:00-19:00

ERITASUN KRONIKO GARRANTZITSU BAT DIAGNOSTIKATZEN DIDATENEAN CUANDO ME DIAGNOSTICAN UNA ENFERMEDAD CRÓNICA IMPORTANTE

TOKIA · LUGAR	EGUNAK · FECHAS	ORDUTEGIA · HORARIO
IRUÑA. NOPLOIaren gela. Leire k., 15 (sarrera, Zangoza kaleko 5.etik) PAMPLONA. Aula ISPLN. C/ Leyre, 15 (entrada por la calle Sangüesa, 5)	MARTXOA · MARZO 13, 15, 20, 22	17:00-19:00
IRUÑA. NOPLOIaren gela. Leire k., 15 (sarrera, Zangoza kaleko 5.etik) PAMPLONA. Aula ISPLN. C/ Leyre, 15 (entrada por la calle Sangüesa, 5)	MAIATZA · MAYO 9, 14, 16, 21	17:00-19:00

ELIKADURA OSASUNGARRIA ERITASUN KRONIKOETAN ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ENFERMEDADES CRÓNICAS

TOKIA · LUGAR	EGUNAK · FECHAS	ORDUTEGIA · HORARIO
PAMPLONA. Aula ISPLN. C/ Leyre, 15 (entrada por la calle Sangüesa, 5) IRUÑA. NOPLOIaren gela. Leire k., 15 (sarrera, Zangoza kaleko 5.etik)	APIRILA · ABRIL 16, 18, 23, 26	17:00-19:00

Lantegiak gaztelaniaz izanen dira. Debaldeko lantegiak, aurretik izena emanaz **848 42 34 50** telefonoan (8etatik 15ak arte) eta webgunean www.escueladepacientes.navarra.es

Los talleres se realizarán en castellano. Talleres gratuitos, previa inscripción en el teléfono **848 42 34 50** (de 8 a 15 h) y en la página web www.escueladepacientes.navarra.e

TALLERES DE LA escuela **de mayores** **adinekoen** eskolako

LANTEGIAK



2018ko
MARTXOA · MAIATZA
MARZO · MAYO
2018

ZAHARTZAROAN ERE OSASUNTSU ENVEJECER CON SALUD

60 urtetik **gorakoentzat**
Dirigido a mayores de 60 años



TOKIA · LUGAR	EGUNAK · FECHAS	ORDETEGIA · HORARIO
TAFALLA. Gizarte Etxea. Aita Calatayud pasealekua, 9 Centro Cívico. Paseo Padre Calatayud, 9	MARTXOA · MARZO 1, 8, 15, 22	18:00-20:00
IRUÑA. NOPLOIaren gela. Leire k., 15 (sarrera, Zangoza kaleko 5.etik) PAMPLONA. Aula ISPLN. C/ Leyre, 15 (entrada por la calle Sangüesa, 5)	MARTXOA · MARZO 5, 8, 12, 15	10:30-12:30
IRUÑA. NOPLOIaren gela. Leire k., 15 (sarrera, Zangoza kaleko 5.etik) PAMPLONA. Aula ISPLN. C/ Leyre, 15 (entrada por la calle Sangüesa, 5)	APIRILA · ABRIL 10, 12, 17, 19	17:00-19:00
LERÍN. Gizarte Etxea. Kale Nagusia, 24 Centro Cívico. C/ Mayor, 24	APIRILA · ABRIL MAIATZA · MAYO 24, 26 · 3, 8	17:00-19:00
BERA. Lagun Handiak Elkarte. Legia karrika, 26 behea Lagun Handiak Elkarte. C/ Leguia, 26 bajo	MAIATZA · MAYO 7, 9, 14, 16	10:00-12:00

Debaldeko lantegiak, aurretik izena emanez **848 42 34 50** telefonoan (8etatik 15ak arte) eta webgunean www.escuelademayores.navarra.es

Lantegiak gaztelaniaz izanen dira

Talleres gratuitos, previa inscripción en el teléfono **848 42 34 50** (de 8 a 15 h) y en la página web www.escuelademayores.navarra.es

Los talleres se realizarán en castellano

TALLERES DE LA
escuela de madres y padres
gurasoen eskolako
LANTEGIAK



2018ko
OTSAILA · MAIATZA
FEBRERO · MAYO
2018

GURASOEN HEZKUNTZA EDUCACIÓN PARENTAL

6 eta 12 urte bitarteko **gurasoentzat**
Dirigido a madres y padres con hijos e hijas entre 6 y 12 años

TOKIA · LUGAR	EGUNAK · FECHAS	ORDETEGIA · HORARIO
IRUÑA. Garabato ikaskuntza erkidegoa. San Lorenzo k., 19-21 PAMPLONA. Comunidad de aprendizaje Garabato. C/ San Lorenzo, 19-21	OTSAILA · MARTXOA FEBRERO · MARZO 19, 26 · 5, 12	17:00-19:00
ALLO. La Cruz HLHIP. Camino Viejo k., 10 CPEIP La Cruz. C/ Camino Viejo, 10	MARTXOA · MARZO 6, 13, 20, 27	17:00-19:00
ZIZUR NAGUSIA. Kultur Etxea. Mindegi aretoa. Erreniega k., 25 ZIZUR MAYOR. Casa de cultura. Sala Mindegi. C/ Erreniega, 25	APIRILA · MAIATZA ABRIL · MAYO 10, 16, 24 · 2	17:00-19:00
FUNES. Elías Terés Sádaba HLHIP. Santiago Ramon y Cajal, z.g. CPEIP Elía Terés Sádaba. C/ Ramón y Cajal, s/n	APIRILA · ABRIL 16, 18, 23, 25	17:00-19:00

Debaldeko lantegiak, aurretik izena emanaz **848 42 34 50** telefonoan (8etatik 15ak arte) eta webgunean www.escuelademadresypadres.navarra.es

Lantegiak gaztelaniaz izanen dira

Talleres gratuitos, previa inscripción en el teléfono **848 42 34 50** (de 8 a 15 h) y en la página web www.escuelademadresypadres.navarra.es

Los talleres se realizarán en castellano