

SEMANA DEL CORAZÓN EN LA RIOJA

18 septiembre a 5 octubre

Arnedo

18 al 20 SEPTIEMBRE

Pinchos Cardiosaludables "I CONCURSO PINCHOS CON CORAZÓN"

Con la participación de los hosteleros Arnedanos.

22 y 24 SEPTIEMBRE

Talleres "Entrena tu Corazón" *Actividad gratuita!

Horarios: 10:30, 12:00, 15:00, 18:00, 19:30, 20:30

Clases de 20 minutos de ejercicios cardiosaludables.

Lugar: Centro deportivo Fuentelavero (Avd. de la Cruz Roja)

Logroño

28 SEPTIEMBRE

Taller "Salva Corazones" *Actividad gratuita!

Lugar: La Gota de Leche. (C/ Once de Junio, 2)

Horario: 11:30 a 13:00

Colaboración: Iberocardio Formación

Talleres "Entrena tu Corazón" *Actividad gratuita!

Lugar: Fisiomedic Rioja (Parque Picos de Urbión, 2)

Horario: 16:00 a 18:00

Grupos 5 personas clases de 30 minutos.

29 SEPTIEMBRE (Día Mundial del Corazón)

Talleres "Entrena tu Corazón" *Actividad gratuita!

Horarios: 10:30 y 19:00 Clases de 30 minutos de ejercicios cardiosaludables.

Lugar: CDM La Rivera (C/ Paseo del Prior, 10)

Colaboración: Logroño Deporte

Taller "Salva Corazones" *Actividad gratuita!

Lugar: La Gota de Leche. (C/ Once de Junio, 2)

Horario 16:30 a 18:00

Colaboración: Iberocardio Formación

30 SEPTIEMBRE

Talleres "Entrena tu Corazón" *Actividad gratuita!

Horarios: 10:30 y 19:00 Clases de 30 minutos de ejercicios cardiosaludables.

Lugar: CDM La Rivera (C/ Paseo del Prior, 10)

Colaboración: Logroño Deporte

30 SEPTIEMBRE

“Jornada del Corazón” *Con Intérprete de la lengua de signos. GRATUITA!

Lugar: La Gota de Leche. (C/ Once de Junio, 2)

17:00 a 17:15 Presentación por María Martín Consejera Salud de La Rioja.

17:15 a 18:15 Conferencia **“Enfermedad cardiovascular y discapacidad”**

Dr. Andrés Alonso Cadarso

18:15 a 18:30 Descanso

18:30 a 20:00 Charla **“¿Infarto? ¡No, gracias!”**

Con el testimonio de los reanimadores legos de una parada cardiorrespiratoria.

Dr. José Antonio Hernández; Dir. Formación Iberocardio Sergio Rodríguez;

Testimonio de Oscar Martínez, Pablo Ortiz y Patricia Martínez.

20:00 **El vino es salud; degustación Vino Vivanco.** Dr. Luis Vicente Elías

1 OCTUBRE

“Ginkana cardiosaludable”

Lugar: Colegio CEIP Doctor Castroviejo

Horario: 10:00 a 13:00

Colaboración: Iberocardio Formación, Aventurem y CJL

“Cena del Corazón” *reserva tu plaza.

Benéfica para el proyecto Latiendo en Mekele (Etiopía)

Restaurante Casa Chuchi. (C/ Cd de Vitoria, 6) A las 21:00

Reservas: 636228098 o patrocinio@corazonsinfronteras.es

2 OCTUBRE

Taller “Alimenta tu corazón” *Actividad gratuita!

Con el Dr. José Antonio Hernández

Horario: 19:00 a 20:00

Lugar: La Gota de Leche (C/ Once de Junio, 2)

Colaboración: Clínica Nutriesteica

3 OCTUBRE

Jornada informativa y medición factores de riesgo *Actividad gratuita!

Lugar: Centro Comercial Berceo. (C/ Lérida, 1)

Horario: 12:00 a 14:00 horas

1 al 4 OCTUBRE

Pinchos Cardiosaludables “I CONCURSO PINCHOS CON CORAZÓN”

Con la participación de los hosteleros de la Calle Laurel y Calle San Juan.

Menús “Cardiosaludables” con Cooking Team

José Félix Rodríguez (La Galería), José Luis Vicente Gómez (Cachetero),

Aitor Esnal Rionda (Wine Fandango), Álex García (Umm, food and drink),

Miguel Martínez-Losa (Casa Chuchi), Ramón Piñeiro (La Cocina de Ramón)

y Juan Carlos Zapatero.

#diamundialdelcorazon
#semanacorazonrioja

ORGANIZADAS POR:



PROMOVIDAS POR:



PATROCINADAS POR:

