



# Activitats de Salut al teu centre de primària

## Estem ben hidratats? Consells per afrontar la calor

**Adreçat a:** cuidadors i persones grans.

**Objectiu:** proporcionar eines i consells per garantir una bona hidratació i afrontar el cop de calor.

**Realitzat per:** per Claudia Alarcón, dietista-nutricionista.

**Dates:** dijous 20 de juliol.

**Horari:** de 10.30 a 11.30 hores

**Lloc:** ABS Argentona.

**Inscripció:** Activitat gratuïta.

Amb l'educació comunitària volem donar-te coneixements i habilitats que et permetin gaudir d'una vida saludable.  
La salut és cosa de tothom!



CONSORCI SANITARI  
DEL MARESME