

# XXII SETMANA DEL COR

GIRONA, DEL 29 DE MAIG AL 3 DE JUNY



P  
R  
O  
G  
R  
A  
M  
A

**DIMARTS 29**

## **CONFERÈNCIA INAUGURAL**

Sala d'actes de l'Hotel d'Entitats a les 18:30h

### **EL RISC D'EMMALALTIR: POR O PREVENCIÓ? A càrrec del Dr. Marrugat**

Director del Departament d'epidemiologia cardiovascular a l'IMIM i investigador del projecte Regicor.

**DIMECRES 30**

## **TALLER DE CUINA CARDIOSALUDABLE**

Aula gastronòmica del Mercat del Lleó de Girona a les 11:30h.

Places limitades. Per inscripcions trucar al 972 221469 de 17 a 19h.

**DIJOUS 31 i  
DIVENDRES  
1 DE JUNY**

## **STANDS INFORMATIUS**

Pl. Miquel Santaló de Girona de les 10 a les 18:30h.

**Prevenció:** Espai dedicat a la prevenció a càrrec dels estudiants de l'escola d'infermeria, que duran a terme gratuïtament el càlcul de risc coronari en funció de les taules de Framingham de Regicor.

**Acció:** L'ús del desfibril·lador i reanimació cardiopulmonar amb maniquí a càrrec dels estudiants de l'escola d'infermeria.

**Rehabilitació:** Informació sobre la rehabilitació cardíaca i la seva importància. Amb la col·laboració d'estudiants d'EUSES, prescripció d'exercici físic en malalts cardíacs.

### **Informació:**

- Informació sobre cardiopaties congènites a mans de AACIC
- Informació sobre voluntariat i objectius de Gicor

**DISSABTE 2**

## **MARXA POPULAR CARDIOSALUDABLE "LA XULA"**

Punt de sortida al carrer del Poble Saharui (darrere el pavelló dels Maristes de Girona) a les 9 del matí.

Caminada organitzada dins del Congrés de la Societat Espanyola d'Arterioesclerosis amb dos recorreguts de 6 km o de 12 Km.

Inscripcions a [seagirona18@gruporic.com](mailto:seagirona18@gruporic.com) o a [info@gicor.org](mailto:info@gicor.org)

# XXII SETMANA DEL COR

GIRONA, DEL 29 DE MAIG AL 3 DE JUNY



## DIUMENGE 3 MARXA SALUDABLE GICOR

Punt de sortida al Pont de Pedra de Girona a les 9h.

Caminada curta: Pont de Pedra – Barri Vell – Cul del Món – Font del Ferro – Cul del Món – Barri Vell – Pont de Pedra  
Distància: 6Km.

Caminada llarga: Pont de Pedra – Barri Vell – Font del Ferro – Pista forestal St. Miquel - Can Mistaire – Castell St. Miquel – Tornada per la pista forestal.  
Distància: 10,62Km

Inscripcions a [info@gicor.org](mailto:info@gicor.org) o trucant al telèfon 972 221469 en dies feiners de 17 a 19h.  
Preu: 5€ amb esmorzar i obsequi inclòs

COL·LABORA



Més informació: [www.gicor.org](http://www.gicor.org) / [info@gicor.org](mailto:info@gicor.org) / Telèfon: 972 22 14 69



<https://www.facebook.com/gicor.gi/>



<https://twitter.com/Gicor3>