

**- Nota de premsa -**

## **Torna el programa *Cuidem-nos* per millorar la salut i el benestar**

---

**El 5 de juliol tornen els cursos i tallers del programa de la Regidoria de Salut de l'Ajuntament de Mollet del Vallès *Cuidem-nos*. El programa és un espai pràctic on ensenyar i entrenar habilitats per cuidar-se i millorar la salut i el benestar dels molletans i molletanes.**

Enguany, *Cuidem-nos*, comptarà amb un taller de cuina d'aprofitament i diferents xerrades entorn a la hipercolesterolèmia, la hipertensió arterial o com parlar de drogues a casa.

Totes les activitats són gratuïtes i es duran a terme als centres culturals La Marineta i L'Era i al Centre d'Informació i Recursos per a Dones Joana Barcala.

Pel taller de cuina, que serà el 6 de juliol, cal inscriure's al correu [salutpublica@molletvalles.cat](mailto:salutpublica@molletvalles.cat), posant nom i cognoms.

L'Ajuntament de Mollet del Vallès va iniciar aquest programa l'any 2008 amb l'objectiu de crear un espai de trobada on sensibilitzar, informar i reflexionar conjuntament a partir de les aportacions de diferents professionals de la salut.

*(adjuntem programa)*

**Mollet del Vallès, 28 de juny de 2016**

Departament de Premsa i Comunicació  
Ajuntament de Mollet  
Telèfon 93 563 51 07  
Mòbils 692 62 32 83  
[premsa@molletvalles.cat](mailto:premsa@molletvalles.cat)