

## ÀGORA UPV

### Activitats

**CONEIX-TE I CUIDA EL TEU COR:** mesurament del colesterol i de la tensió arterial

**TALLER APRÈN A SALVAR UNA VIDA:** pràctiques de reanimació cardiopulmonar bàsica

(En col·laboració amb **la Càtedra Cardiovascular EVES/Ferrer/UPV** i

l'Institut Valencià Procor, **INSVACOR**)

Horari: de 10.00 a 15.00 h

**Un taller cada 30 minuts**

-----

**TALLER DE CONSULTA NUTRICIONAL:** programa la teua dieta

Horari: de 10.00 a 15.00 h

-----

**TALLER DE CUINA SALUDABLE**

(En col·laboració amb **València Club Cuina**)

Horaris: de 11.30 a 12.30 h

de 13.00 a 14.00 h

---

**En col·laboració amb el Servei d'Esports de la UPV:**

---

**CLASSE DE TAI-TXI:** millora la teua salut i benestar

Horari: de 14.00 a 15.00 h

**WALKING UPV:** ruta saludable de 2 km dirigida per un monitor

Horari: 19.30 h (eixida des de l'Àgora)

---

**COL·LABOREN:**

