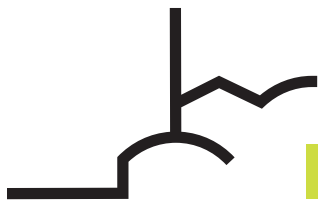


Campus de Ciències de la Vida i la Salut de Sabadell

**Totes les xerrades tindran lloc
a la Fira Sabadell**
(c. de les Tres Creus, 202 de Sabadell)

Vine a conèixer el campus



**Campus de Ciències
de la Vida i la Salut
de Sabadell**



**Xerrades organitzades pel Campus de Ciències
de la Vida i la Salut a la Fira Silver Vallès**

SEGONA PELL



Una cosa està canviant en la moda. Igual que és més inclusiva amb diferents tipus de físics per canviar el concepte del que reconeix com a bell, també s'ha començat a trencar el culte a l'eterna joventut.

Com que millorar la nostra autoestima i confiança personal depèn molt que ens veiem afavorides i afavorits, la roba és com una segona pell que s'ha d'integrar per sentir-nos més còmodes i segurs de la nostra personalitat.

Emma Lafoz, professora del departament de moda de l'ESDi i especialista en moda i diversitat



La xerrada comptarà amb un taller de maquillatge obert a totes les persones que hi assisteixin.

Dijous 30 de març, a les 16.30 h

L'entrada és gratuïta però cal fer inscripció prèvia

ENVELLIMENT SALUDABLE: REALITAT O UTOPIA?



En aquesta xerrada es donarà a conèixer el nou model de l'Organització Mundial de la Salut (OMS) de preservació de la capacitat funcional de les persones grans, basat en la combinació de totes les capacitats físiques i mentals amb les quals compta una persona i es parlarà sobre l'estratègia de l'OMS per identificar precoçment les capacitats intrínseques de les persones grans relacionades amb la salut.

En acabar la xerrada, **tothom qui vulgui es podrà autoavaluar amb una aplicació per detectar el risc de dependència**, fent una avaluació centrada en les diferents capacitats. També es podrà aprendre com fer servir aquesta eina per avaluar familiars o terceres persones.

Dr. Antoni Salvà, director de la fundació Salut i Envel·liment de la UAB



Divendres 31 de març, a les 11.45 h

L'entrada és gratuïta però cal fer inscripció prèvia

LA FISIOTERÀPIA COM A EINA PER AFAVORIR L'ENVELLIMENT ACTIU I SALUDABLE



Envel·lir és un procés natural en el qual es produeixen una sèrie de canvis associats a l'edat. Aquests canvis es poden revertir mitjançant un estil de vida saludable. La fisioteràpia, mitjançant la prescripció d'activitat física i l'exercici terapèutic, pot ajudar a afavorir un envelliment actiu i saludable.

Dra. Montserrat Grau, professora de Fisioteràpia a la UAB, doctora en Psicologia de la Salut i de l'Esport i fisioterapeuta del Consorci Sanitari de Terrassa



Dissabte 1 d'abril, a les 11.45 h

L'entrada és gratuïta però cal fer inscripció prèvia