La nutricionista Pilar Sala ofereix un taller sobre alimentació a Figueres

Està organitzat pel Grup Iris i inclourà dues sessions per abordar la prevenció de diferents malalties



Pilar Sala

La combinació d´esport i bona alimentació és una de les claus per intentar tenir una millor qualitat de vida i prevenir possibles entrebancs en la nostra salut. És per això que el Grup Iris, Associació d´empordoneses afectades de Càncer de Mamaofereix el primer taller sobre alimentació i salut el proper 27 de gener a les 18.30 hores al local de l'associació, l'Espai Social Figueres de Fundació Catalunya La Pedrera, a càrrec de lanutricionista Pilar Sala, especialista en oncologia i nutrició infantil. L´activitat és oberta a tothom, gratuïta per als socis i per als no socis el donatiu mínim és de 10 euros. En aquest taller es parlarà de quina alimentació cal seguir preventiva de càncer, de com cuinar per evitar generar tòxics i dels menús més apropiats per millorar la nostra salut, entre d'altres temes. Per completar aquesta informació i parlar de quina alimentació seguir en situació de malaltia activa es farà un segon taller el 10 de febrer.

Conveni amb l´Hospital

A través d'un conveni amb l´Hospital de Figueres, Fundació Salut Empordà, el Grup Iris permetrà portar a terme tractaments de drenatge limfàticper a totes aquelles sòcies que estiguin en situació de limfedema crònic, o bé siguin susceptibles de patir-lo. Gràcies a la recaptació de la Cursa de la Dona l´associació subvenciona la pràctica totalitat de la sessió de manera que el cost per la sòcia serà de deu euros per sessió. També ofereix, en aquest cas totalment gratuït, a les sòcies que ho necessitin, unprograma pilot de teràpies integrativesa càrrec de Mercè Gascón. Com a dona que ha patit un càncer de mama, coneix en primera persona els sentiments que sorgeixen quan es diagnostica la malaltia i el procés que l´envolta i, per tant, quines serien les teràpies mes adients per ajudar en totes les etapes.

Font del document:
http://www.emporda.info/salut/2017/01/21/nutricionista-pilar-sala-ofereix-taller/342804.html?utm_source=rss