

# LA SALUD EN EL ENTORNO RURAL

Nuestra calidad de vida depende de la salud y está relacionada con el medio en el que se vive. Vivir en un entorno rural tiene ventajas e inconvenientes, pero ¿de qué modo incide en nuestra salud? El Centro Cultural Cuenca Cabeza te invita a profundizar en este tema, a través de un ciclo de charlas en las que se analizarán las aportaciones de vivir en el campo y estar en contacto directo con la naturaleza.

Jueves,  
6 de MARZO  
a las 19:30 hrs.



**Presentación del Ciclo de Charlas sobre Salud en el Entorno Rural.**  
"La esencia del medio rural en nuestra salud".

María Belén Trujillo Torralbo. Enfermera de Urgencias Extrahospitalarias.  
Lugar: Casa-Sede Centro Cultural Cuenca Cabeza. Llanos de Don Juan.

Martes,  
8 de ABRIL  
a las 19:30 hrs.



**"Sabores de nuestra tierra: beneficios de los alimentos locales para una vida plena".**

Belén Camacho. Naturópata.  
Lugar: Biblioteca de Zambra.

Miércoles,  
14 de MAYO  
a las 19:30 hrs.



**"Cómo actuar en situaciones de urgencia cuando el médico no está cerca".**

Felipe Fernández Cuenca. Médico de Urgencias.  
Lugar: Escuela de El Nacimiento de Zambra.

Viernes,  
20 de JUNIO  
a las 19:30 hrs.



**"Cuidados de la piel en verano para entornos rurales".**

Alicia Cosano. Enfermera Familiar y Comunitaria.  
Lugar: Biblioteca de Zambra.

Jueves,  
9 de OCTUBRE  
a las 19:30 hrs.



**"Cómo cuidarnos de cara a los cambios otoñales".**

Pilar Herranz. Enfermera de Urgencias Extrahospitalarias.  
Lugar: Escuela de El Nacimiento de Zambra.

Viernes,  
14 de NOVIEMBRE  
a las 19:30 hrs.



**"Bienestar emocional en el entorno rural".**

Araceli Granados Trujillo. Psicóloga Clínica.  
Lugar: Casa-Sede Centro Cultural Cuenca Cabeza. Llanos de Don Juan.