

Passejades per a la gent gran

Red adscrita  CAT

Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Actividad física, Salud comunitaria, Cultura, ocio y naturaleza.

Descripción

El cicle de caminades per a la gent gran d'aquest any incorpora la Marxa nòrdica, que consisteix en caminar de manera natural amb un parell de bastons dissenyats per a la impulsíó.

Aquesta activitat compta amb el suport del Centre d'Atenció Primària (CAP) amb l'objectiu de reforçar la salut comunitària al municipi. Es fan controls de salut a les persones que hi assisteixen a les passejades, per tal de demostrar els beneficis de l'activitat física i la millora de la qualitat de vida, ja que en alguns casos s'aconsegueix disminuir o, fins i tot, evitar la incorporació de fàrmacs.

edat

A partir de 65 anys.

horari

dILLUNS I DIMECRES a les 9,15 h

calendari de l'activitat

Del 3 d'octubre al 25 de maig

preu

gratuït

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (majors de 60 anys)

Persona de contacto

Sara Martin Roviralta (938462054) (saramr@cardedeu.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Ajuntament de Cardedeu/CAP

Fecha de última actualización de la actividad

27/08/2023

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Avenida Jaume Campmajor 30 08440 Cardedeu Cardedeu Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 03/10/2022 a 26/05/2023

Página web del proyecto

<http://www.cardedeu.cat>