

PAFES (Pla d'Activitat Física, Esport i Salut)

Red adscrita  CAT

Temas

Mujeres, Hombres, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

PAFES és un programa adreçat a persones que per prescripció mèdica necessiten realitzar activitat física per millorar la seva qualitat de vida.

Des de l'atenció primària mitjançant el consell i la prescripció mèdica es busca que el participant realitzi activitat física per aconseguir diferents objectius:

- .- Prevenció en malalties cardiovasculars, sobrepès, obesitat, malalties osteoarticulars,....
- .- Millorar la salut des del punt de vista mental, emocional, psicològic, social,....
- .- Millorar la qualitat de vida.

Sessions: 2 sessions de 45 minuts d'activitat física dirigida a la semana.

Dies: dimarts i dijous.

Horari: 11:00 a 11:45 hores.

13-11-2025

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

José Sánchez Vallecillos Pedro Reyes Rubio (938465144) (sanchezvjsl@canovelles.cat)

Fecha de última actualización de la actividad

14/11/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí
