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

Xarxa adscrita CAT

Temes

Dones, Homes, Salut mental/Benestar emocional, Activitat física.

Descripció

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

Des de l'atenció primària mitjançant el consell i la prescripció médica 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

Població destinatària

Població General - Qualsevol ()

Persona de contacte

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

Data d'última actualització de l'activitat

14/11/2025

Situació actual de l'activitat

Activa

Gratuïta

Sí

Localització

Carrer Diagonal s/n 08420 Canovelles Pavelló Tagamanent Canovelles Barcelona Catalunya Espanya