

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

Red adscrita  CAT

---

## Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, 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

---

## Población

Población General - Cualquiera ()

---

## Persona de contacto

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

---

## Fecha de última actualización de la actividad

21/06/2021

---

## Situación actual de la actividad

Activa

---

## Gratuita

Sí

---

## Localización

Calle Diagonal s/n 08420 Canovelles Pavelló Tagamanent Canovelles Barcelona Catalunya España

