

Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física, Salud comunitaria, Participación.

Descripción

El fin de este proyecto es incrementar la red social de las personas participantes que no se animan a caminar por no tener compañía.. A su vez, pretende promover y fomentar el bienestar de la ciudadanía, los hábitos de vida saludable y las relaciones intergeneracionales, para ello se realizan ocupaciones complementarias como talleres de hábitos de alimentación, descanso, ocio saludable y actividades que fomentan las relaciones sociales.

Población a la que va dirigida:

En general a toda la población incidiendo sobre todo en personas mayores, personas con problemas de salud y sedentarias, personas con problemas de soledad etc....

Entre los objetivos de los Paseos saludables se encuentran los siguientes:

- Incentivar la movilidad
-

Promover
las relaciones sociales

- Iniciar
hábitos de vida saludables
- Hacer
atractiva esta actividad para personas sedentarias que se quedan en casa.
- Mejorar
la amigabilidad de los itinerarios
- Fomentar
el bienestar y las actividades intergeneracionales.

Se
considera que el mejor día por calendario es el jueves

Horario
.- para agrupar a todo tipo de edades las 9.45- 11:00 horas

Duración
: todo el año (actualmente y por la pandemia la actividad se encuentra cerrada, cuando las circunstancias lo aconsejen se volverá a iniciar)

Población

Población General - Cualquiera (población general incidiendo en personas mayores, con problemas de salud, sedentarias)

Persona de contacto

Trabajadora Social Centro de Salud Casetas (976771347) (mosanchezm@salud.aragon.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centro de Salud / Centro de Convivencia Casetas

Fecha de última actualización de la actividad

Situación actual de la actividad

Histórica con seguimiento

Gratuita

Sí

Localización

Avenida plaza del castillo 10 50620 CASETAS Zaragoza Zaragoza Aragón España



Imagen de la Actividad

