

## 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

## Gratuita

Sí

## Localización

Avenida plaza del castillo 10 50620 CASETAS Zaragoza Zaragoza Aragón España



## Imagen de la Actividad

Image not found or type unknown

