

# Paseos y rutas saludables

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

---

## Temas

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

---

## Descripción

Paseos cardiosaludables martes y viernes a las 9.00h de la mañana, se queda en un sitio concreto y acompañados por técnicos de deporte y/o club senderista y profesionales del centro de salud, se realizan paseos por el casco urbano y las inmediaciones de la localidad. Cada ruta es diferente y el objetivo es fomentar el ejercicio, las relaciones sociales en un entorno saludable que fomente el bienestar.

Para acceder a esta actividad es necesario una valoración por un profesional sanitario. Se recomienda ropa y calzado cómodos.

---

## Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera (Especialmente personas sedentarias o que necesiten socializar)

---

## Persona de contacto

Ana María García Lopez, Susana Lopez Sauras (978842106) (amgarcial@salud.aragon.es)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Centro de Salud de Andorra, técnicos de deportes del ayuntamiento de Andorra, voluntarios del club senderista, centro ITACA, y hogar de mayores del IASS

---

## Fecha de última actualización de la actividad

01/04/2023

---

## Situación actual de la actividad

Histórica

---

## Gratuita

Sí

---

## Localización

Calle Huesca Centro de Salud 44500 Andorra Andorra Teruel Aragón España



## Fecha de la Actividad

De 14/09/2021 a 31/12/2022