

Higiene postural

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Esta actividad forma parte de los Talleres de Envejecimiento Activo 22-23 del Centro de Convivencia para Mayores de Oliver.

Busca favorecer el conocimiento de recomendaciones y actitudes posturales para prevenir posibles lesiones.

Tiene lugar durante el curso escolar, todos los miércoles de 16,00 a 17,00 o los jueves de 17,10 a 18,10. El periodo de inscripción es en septiembre pero se admiten nuevas altas, si quedan plazas libres.

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (Personas asociadas a los centros de convivencia del Ayuntamiento de Zaragoza. Se puede hacer socio o socia e inscribirse al taller en el mismo momento)

Persona de contacto

Dirección del Centro (976726200) (mayoresoliver1@zaragoza.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centro de Convivencia para Mayores de Oliver. Ayuntamiento de Zaragoza

Fecha de última actualización de la actividad

01/09/2023

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Calle Teodora Lamadrid 70 50011 Zaragoza Zaragoza Zaragoza Aragón España



Fecha de la Actividad

De 17/10/2022 a 31/05/2023

Página web del proyecto

<https://www.zaragoza.es/sede/portal/servicios-sociales/personas-mayores/>