

Caminades saludables

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física, Cultura, ocio y naturaleza.

Descripción

Les caminades saludables van néixer l'any 2023, organitzades pel CAP de Moià. Estan destinades a tota la població adulta que hi vulgui participar. Es fan recorreguts relativament curts (6 o 7 km), tot i que en alguna ocasió es poden canviar els itineraris, amb previ avís als participants.

Van començar els dijous a les 10 del matí, sempre acompanyats d'un professional del CAP. La major part de les vegades la Referent de Benestar Emocional. Quan es va incorporar a l'equip la figura de fisioterapeuta, va continuar ella.

La finalitat d'aquestes caminades eren formar un grup i que, al final, es poguessin organitzar soles. I així ha sigut.

Actualment, les caminades les lidera la Montserrat Clapers, el qual deixem el contacte més avall. I surten tots els dimecres i dijous a les 10 h, davant del CAP.

Si plou o fa molt mal temps, no se surt.

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera (Soledat no volguda, persones que necessitin sociabilitzar.)

Persona de contacto

Montserrat Clapers (695737843 / 938300235) (sjimenez.cc.ics@gencat.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

CAP Moià

Fecha de última actualización de la actividad

13/02/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle santa Magdalena 1 08180 Moià Moià Barcelona Cataluña España



Página web del proyecto

<http://@solerclapers>