

# Caminant Pel Barranc

Red adscrita red PACAP  type unknown

## Temas

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

## Descripción

La actividad comunitaria consiste en una sesión semanal de 60 minutos de marcha ligera con un calentamiento previo realizado por la fisioterapeuta del centro. En cada sesión los participantes van acompañados por dos profesionales del centro de salud. Las rutas se establecen previamente y existen distintas alternativas dentro del municipio. La evaluación tiene lugar por medio de entrevista individual, tests y escalas realizadas tanto de forma previa como tras la finalización de las sesiones. El objetivo de la actividad es el aumento de la actividad física y el empoderamiento de las personas participantes en la mejora de su propia salud.

## Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera (Personas con bajo nivel de actividad física)

## Persona de contacto

Inés Viñas Asensio M<sup>a</sup>Jose Puchades Company (695529599) (vinas\_ine@gva.es)

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Consell de Salut de Tavernes Blanques

## Fecha de última actualización de la actividad

04/04/2024

## Situación actual de la actividad

Activa

## Gratuita

Sí

## Localización

Calle Castelló 17 46016 Tavernes Blanques Valencia/València Comunidad Valenciana España



## Imagen de la Actividad

