Paseos por Ricla 2024

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

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

Descripción

La actividad se realiza los jueves en horario de 9 a 10 de la mañana.

Las personas que mantienen una vida activa viven más años y con mejor calidad de vida que las personas que mantienen una actitud sedentaria. El ejercicio físico se presenta, a cualquier edad, como un agente beneficioso para la salud. En el caso de las personas mayores, además de sus beneficios generales, la práctica regular de actividad física es fundamental para mantener la autonomía personal e intensificar las relaciones sociales.

Las personas interesadas pueden apuntarse en el Ayuntamiento .

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

Departamento de deportes Comarca de Valdejalón (976811880) (gmanjon@salud.aragon.es)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Departamento de deportes Comarca de Valdejalón

Fecha de última actualización de la actividad

07/05/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Plaza Carneceria 0 50270 Ricla Zaragoza Aragón España

Página web del proyecto

https://valdejalon.es/areas/deportes/