Paseos por Alpartir 2024

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

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

Descripción

Los paseos se realizan los martes en horario de 9 a 10 h partiendo del consultorio médico.

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 que estén interesadas pueden apuntarse en el Ayuntamiento

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

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

Entidad participante/colaboradora/promotora

Departamento de deportes de la Comarca de Valdejalón.

Fecha de última actualización de la actividad

30/04/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle Ramón y Cajal s.n. 50109 Alpartir Zaragoza Aragón España



Página web del proyecto

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