Talleres Envejecimiento activo

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

Taller virtual de estimulación cognitiva y bienestar global para 25 adultos mayores durante 6 meses. Se trata de una metodología a través de WhatsApp, interactuando con los alumnos que a diaria realizan 5 actividades para entrenar las funciones cognitivas y un taller semanal de cada una de las áreas que conforman el envejecimiento activo: ejercicio, nutrición, salud, bienestar y nuevas tecnologías

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (CALATAYUD)

Persona de contacto

Cristina Torres López (976887474) (coordinadorassociales@comunidadcalatayud.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Comarca Comunidad de Calatayud

Fecha de última actualización de la actividad

16/02/2025

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Plaza Comunidad 1 50300 CALATAYUD Calatayud Zaragoza Aragón España

Fecha de la Actividad

De 15/04/2024 a 15/11/2024