

## Huerto Terapéutico

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

### Temas

Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Enfermedades crónicas, Actividad física, Alimentación saludable, Participación.

### Descripción

Alrededor de este espacio de convivencia natural, se organizan actividades recreativas mensuales que fortalecen los vínculos entre los residentes y la comunidad. Además, como parte del huerto terapéutico, se llevan a cabo sesiones semanales de fisioterapia que combinan ejercicios de fuerza, equilibrio y ergonomía con juegos de destreza mental.

Este proyecto, ecológicamente sostenible, tiene como objetivo combatir la sensación de soledad que a menudo experimentan los residentes, además de proporcionar alimentos de temporada para el autoconsumo de la residencia.

### Población

Mayores de 65 años - Cualquiera ()

### Persona de contacto

Enfermería Centro de Salud Hijar (978 81 27 22) (centrodesaludhijar@gmail.com)

### Fecha de última actualización de la actividad

20/03/2025

### Situación actual de la actividad

Activa

### Gratuita

Sí

### Localización

Plaza convento s/n 44540 Albalate del Arzobispo Teruel Aragón España

Plaza convento s/n 4450 Albalate del Arzobispo Teruel Aragón España



## Imagen de la Actividad



3 de 4

