Proyecto Rural-Frail: Charlas de salud

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

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

Descripción

Esta actividad se enmarca dentro del proyecto “Rural-frail: efectos del ejercicio físico presencial y video-asistencial en la salud mental, física y fragilidad de las personas mayores de ámbito rural”, concedido por el Ministerio de Ciencia e Innovación y financiado por la Unión Europea y la Agencia Estatal de Investigación.

El proyecto tiene como objetivo evaluar e intervenir en el estado de capacidad funcional, tanto física como mental, de la población mayor de 65 años en el entorno rural. Buscamos identificar a través de los profesionales de Atención Primaria a aquellas personas mayores que se encuentren en estadios de fragilidad y pre-fragilidad. Las personas a las que se les recomiende este activo formarán parte del grupo al que se les impartirán varias charlas a lo largo de un año sobre hábitos de vida saludables durante el envejecimiento. Además, se realizarán evaluaciones periódicas de la salud física y mental de los participantes para monitorear su evolución.

La actividad es GRATUITA para todos los participantes.

Las charlas se realizarán con una periodicidad mensual, en grupo y en las instalaciones del propio municipio. Los horarios y lugar específicos se concretarán con los participantes.

Junto con la recomendación del activo de salud, recibirás una tarjeta con el email y teléfono de contacto, así como con la fecha y lugar de una reunión informativa sobre el proyecto. Para más información o para confirmar tu asistencia a la reunión, puedes llamar al teléfono de contacto o enviar un email.

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera ()

Persona de contacto

Ángel Matute, Alba Gómez (673001816) (ruralfrail@gmail.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Universidad de Zaragoza

Fecha de última actualización de la actividad

20/03/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle Pedro Gil s/n 44540 Albalate del Arzobispo Consultorio Médico Albalate del Arzobispo Teruel Aragón España
Calle Molino aceitero 33 44510 La Puebla de Híjar Consultorio Médico Puebla de Híjar, La Teruel Aragón España

Página web del proyecto

https://ruralfrail.unizar.es/

Imagen de la Actividad

RuralFrail