Hàbits saludables

Red adscrita CAT

Temas

Personas mayores, Escuela de salud, Salud mental/Bienestar emocional, Alimentación saludable.

Descripción

Anomenem hàbits saludables a totes aquelles conductes que tenim assumides com a pròpies a la nostra vida quotidiana i que incideixen positivament en el nostre benestar físic, mental i social.

En aquest taller es donarà informació sobre hàbits saludables, dirigits al col·lectiu de gent gran. La informació que es donarà recull hàbits alimentaris, higiene, descans, entre altres.

Dimecres de 9 a 10h

L'activitat és totalment gratuïta, el taller es realitza al Centre Cultural de Canovelles i forma part, del Programa Gent Gran Activa de l'Ajuntament de Canovelles.

Només poden accedir a aquesta activitat la gent gran major de 65 anys i empadronada a Canovelles. La resta de la població no pot realitzar aquesta activitat.

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (Només es poden inscriure, persones majors de 65 anys, empadronats a CanovellesCanovelles)

Persona de contacto

Coordinadora Serveis Socials (938402494) (ssocials@canovelles.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Ajuntament de Canovelles / Nascor Formación

Fecha de última actualización de la actividad

30/09/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Avenida Industria 22 08420 Canovelles Centre Cultural Canovelles Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 15/09/2026 a 09/07/2027