Red de Caminantes "Basauri Oinez"

Red adscrita Euskadi Aktiboa

Temas

Personas en riesgo de exclusión, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Este programa de promoción de la salud está abierto a los vecinos y vecinas de Basauri que deseen incorporar hábitos más saludables a su vida cotidiana. Esta iniciativa servirá para evitar la soledad en mayores, el sedentarismo y ampliar las relaciones sociales.

Para ello, se promueve la formación de grupos de personas para que hagan caminatas por una serie de rutas agradables por los parques y zonas verdes de de Basauri. Para comenzar con el programa, se realizará una ruta sencilla de 4km con una duración estimada de 1,30h. Dicha ruta será circular y tendrá como punto de encuentro el Social Antzoki. La actividad se desarrollará los miércoles 11:00 horas. La participación no requiere de inscripción previa; las personas interesadas tan sólo deberán acercarse a la hora y el lugar indicado.

Es importante comentar que los meses de verano se hará un pequeño parón para retomar la actividad en septiembre. De marzo a junio de 2020 ha estado en suspenso por alarma Covid19, pero en julio ha recuperado la actividad, si bien descansará la ultima semana de julio y agosto.

La Red Local de Salud “Basauri Sano Bizi” apuesta por este tipo de programas ya que estima necesario impulsar propuestas atractivas y viables para la promoción de hábitos de vida saludables dentro de la ciudad.

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (Abierta a toda la población, no solo mayores de 65 años.)

Persona de contacto

Red Local de Salud 'Basauri Sano Bizi' Responsable: Carlo Escribano (944666383) (cescribano@basauri.eus)

Fecha de última actualización de la actividad

19/03/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

Sí

Localización

Calle Nagusia 2 48970 Basauri Basauri Bizkaia Euskadi España

Página web del proyecto

https://www.facebook.com/Basaurisanobizi/