

# Ermua Mugi!

Red adscrita  Euskadi Aktiboa 

## Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física, Alimentación saludable.

## Descripción

Ermua Mugi egitasmo komunitario bat da, programa ezberdinen laborategi bateratu gisa funtzionatzen duena, jarduera fisikoaren sustapena, elikadura eta sukaldaritza osasungarria eta pertsona ororen ongizate emozionalaren uztarketa bateratzen dituena. Herritarrek herrian bertan burutzen duten edo burutu dezaketan jarduera fisikoa baldintza onenetan burutua izan dadila bilatzen du programa honek eta hemendik eratorritako ekintza edo zerbitzu orok. Finean, aukera aktiboa aukera errezena izatea da estrategia gidatzen duen iparrotza.

*Ermua Mugi es una iniciativa de carácter comunitaria para la promoción de la actividad física, la alimentación y cocina saludable y el bienestar emocional de todas las personas y funciona a modo de laboratorio unificado de diferentes programas. Este programa busca que la ciudadanía local realice o pueda realizar actividad física en las mejores condiciones posibles, promoviendo actividades y servicios para conseguirlo. En resumidas cuentas, busca que la opción de vida activa sea la opción asequible y fácil para toda la población.*

## Contacto

Maialen Alkorta / Mikel Irazabal - 663540327 - agarcia@imdermua.com

## Fecha de última actualización del recurso

10/04/2019

## Situación actual del recurso

Activa

## Localización

Calle Diputazio s/n 48260 Ermua Bizkaia Euskadi España



## Página web del proyecto

<http://www.ermua.es>

## Imagen del Recurso

