

# Mugi Laudio - Servicio de Orientación a la Actividad Física

Red adscrita



Euskadi Aktiboa



## Temas

Actividad física.

## Descripción

En colaboración con la red local para la salud y los agentes derivadores (tanto sanitarios como sociales), está en marcha el Servicio de Orientación para la Actividad Física y Salud.

En esta orientación tratamos de mejorar las siguientes conductas relacionadas con la salud:

Disminución de la exposición a la luz natural.

Disminución de la exposición a la luz natural.

Mejora de la calidad del sueño.

Mejora de las relaciones sociales y la participación

No fumar y no consumir alcohol.

## Contacto

[gizartearloa@laudio.eus](mailto:gizartearloa@laudio.eus)

## Fecha de última actualización del recurso

31/03/2025

## Situación actual del recurso

Activa

## Localización

Calle Ardantzazar 2 01400 Ludio/Llodio Araba/Álava Euskadi España

