

Proyecto Rural-Frail

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

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

Descripción

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.

Las sesiones de ejercicio físico se realizan en horario de mañana, tres veces por semana, en grupo y en las instalaciones del propio municipio. Los horarios y lugares específicos se concretarán con los participantes. Los 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.

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.

Contacto

ruralfrail@gmail.com

Fecha de última actualización del recurso

20/03/2026

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Calle Pedro Gil s/n 44540 Albalate del Arzobispo Albalate del Arzobispo Teruel Aragón España

Calle Molino aceitero 33 44510 La Puebla de Híjar Puebla de Híjar, La Teruel Aragón España

Avenida Carretera Samper 1 44530 Híjar Teruel Aragón España

Avenida Barrio Alto 26 44593 Urrea de Gaén Teruel Aragón España



Página web del proyecto

<http://ruralfrail@gmail.com>

Imagen del Recurso

