Municipio:

ARGANDA DEL REY

Programa:

CONSTRUIMOS SALUD

Destinado a:

POBLACIÓN GENERAL CON PATOLOGÍAS PREVIAS

Objetivos:

- Facilitar la incorporación a un estilo de vida más saludable a través de la promoción de la actividad deportiva, contribuir al aumento del bienestar emocional, fomentar las relaciones sociales, así como el compromiso con una actitud de auto cuidado y de promoción de la salud de la población del municipio

BREVE DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES O ACCIONES

Este programa pretende ofrecer recomendaciones individualizadas sobre los factores que tienen más relación con el desarrollo de enfermedades crónicas y por tanto con su prevención, fomentando la práctica de actividad deportiva, el bienestar emocional, la motivación para el abandono de hábitos poco saludables como el consumo de tabaco y alcohol, etc. El programa conlleva una parte de actividad física impartida por profesionales del deporte así como otra de educación para la salud impartida por profesionales sanitarios de personal de atención primaria y de los psicólogos del Ayuntamiento.

COMUNICACIÓN

RED MUNICIPAL DE SALUD de la Comunidad de Madrid

Ayuntamiento de Arganda del Rey