



Activitats de salut a la teva ABS

Dia Mundial de l'activitat física. Caminada POSA'T EN MARXA

Adreçat a tota la població

Objectiu: Promoure els beneficis de l'activitat física. Rutina d'escalfament, estiraments i eines de relaxació després de caminar.

Realitzat Equip de Salut Comunitària ABS Argentona

Data 21 d'abril de 2023

Lloc:

- **Sortida:** CAP Argentona
- **Recorregut:** Voltants del Veinat de La Pujada

Horari 10'30 a 12'30

Inscripció

Activitat gratuïta. A la recepció del CAP.



Amb l'educació comunitària volem donar-te coneixements i habilitats que et permetin gaudir d'una vida saludable.
La salut és cosa de tothom!



CONSORCI SANITARI
DEL MARESME