

Programa Caminata Saludable Jérica



¿Por qué unirme?

Mejora tu salud física y emocional
Combate la soledad
Evita el sedentarismo



¿A quién está dirigido?

Mayores de 60 años con sedentarismo
y/o enfermedades crónicas estables



Si participo

Mayores de 60 años
Caminar de forma
autónoma



No participo

Enfermedad aguda
descompensada
Deterioro cognitivo
severo

CONSULTORIO DE JERICA
JUEVES 30 ABRIL 2026
A LAS 8:30H

Ruta: Vuelta de la Hoz

