

## [EDUCACIÓN MATERNAL](#) [1]

PREPARACIÓN AL PARTO, FÍSICA, PSÍQUICA Y EMOCIONALMENTE. SE EXPLICAN CUIDADOS DEL RN EN COORDINACIÓN CON EQUIPO DE PEDIATRÍA. SE EXPLICA PROCEDIMIENTO BUROCRACIA EN COORDINACIÓN CON TRABAJADORA SOCIAL. SE FOMENTA E INSTRUYE EN LACTANCIA MATERNA. SE EXPLICA CUIDADOS EN PUERPERIO.

- [Leer más sobre EDUCACIÓN MATERNAL](#) [1]

## [PASEOS SALUDABLES](#) [2]

RUTAS ACCESIBLES PARA PROMOVER ACTIVIDAD FÍSICA.

- [Leer más sobre PASEOS SALUDABLES](#) [2]

## [RUTAS SALUDABLES](#) [3]

RUTA SALUDABLE CON DIFERENTES OBJETIVOS: INTEGRACIÓN DE LOS VECINOS DEL CASCO, CONOCER EL BARRIO, SU PATRIMONIO CULTURAL Y SUS RECURSOS NATURALES.

- [Leer más sobre RUTAS SALUDABLES](#) [3]

## [RESTAURACION DE MUEBLES](#) [4]

RESTAURACIÓN DE MUEBLES ANTIGUOS, EJERCITANDO LAS DIFERENTES HABILIDADES MANUALES, A LA VEZ QUE SOCIALIZAN , PARA MEJORAR EL BIENESTAR EMOCIONAL Y EVITAR LA SOLEDAD NO DESEADA.

- [Leer más sobre RESTAURACION DE MUEBLES](#) [4]

## [MOVERSE POR DOS: BIENESTAR Y FUERZA DURANTE EL EMBARAZO](#) [5]

RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA, SUELO PÉLVICO Y MOVILIDAD DE CADERAS.

- [Leer más sobre MOVERSE POR DOS: BIENESTAR Y FUERZA DURANTE EL EMBARAZO](#) [5]

## Páginas

- [primera](#) [6]
- [←](#) [7]
- ...
- [24](#) [8]
- [25](#) [9]
- [26](#) [10]
- [27](#) [7]
- 28
- [29](#) [11]
- [30](#) [12]
- [31](#) [13]
- [32](#) [14]
- ...
- [»](#) [11]
- [última](#) [15]

---

**Source URL:** <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=27>

### Links

[1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/educacion-maternal>

[2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/paseos-saludables-0>

- [3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/rutas-saludables>
- [4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/restauracion-de-muebles>
- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/moverse-por-dos-bienestar-y-fuerza-durante-el-embarazo>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=26>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=23>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=24>
- [10] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=25>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=28>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=29>
- [13] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=30>
- [14] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=31>
- [15] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=46>