

## [MERIENDA SALUDABLE DESDE EL RINCÓN DE LECTURA](#) [1]

HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y CONSCIENTE EN EL CONTEXTO DE UNA SESIÓN DEL RINCÓN DE LECTURA, INCORPORANDO UN ESPACIO DE ALMUERZO-MERIENDA COMPARTIDA, EN EL QUE LOS ASISTENTES APORTAN ALIMENTOS ELABORADOS POR ELLOS MISMOS.

- [Leer más sobre MERIENDA SALUDABLE DESDE EL RINCÓN DE LECTURA](#) [1]

## [7000PASOSX](#) [2]

FOMENTO DEL EJERCICIO FÍSICO Y EL OCIO SALUDABLE EN LOS MUNICIPIOS DE CASTILLA-LA MANCHA

- [Leer más sobre 7000PASOSX](#) [2]

## [GIMNASIA PARA MAYORES](#) [3]

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO DIRIGIDO A PERSONAS MAYORES DE 65 AÑOS DISEÑADA PARA PROMOVER UN ESTILO DE VIDA ACTIVO Y SALUDABLE.

- [Leer más sobre GIMNASIA PARA MAYORES](#) [3]

## [7000PASOSX](#) [4]

FOMENTO DEL EJERCICIO FÍSICO Y EL OCIO SALUDABLE EN LOS MUNICIPIOS DE CASTILLA-LA MANCHA

- [Leer más sobre 7000PASOSX](#) [4]

## [EFECTOS NOCIVOS DEL SOL Y DEL CALOR](#) [5]

FOTOPROTECCIÓN, CUIDADO DE LA PIEL Y AUTO-CUIDADOS ANTE ALTAS TEMPERATURAS EN VERANO.

- [Leer más sobre EFECTOS NOCIVOS DEL SOL Y DEL CALOR](#) [5]

## Páginas

- [primera](#) [6]
- [<](#) [7]
- ...
- [32](#) [8]
- [33](#) [9]
- [34](#) [10]
- [35](#) [7]
- 36
- [37](#) [11]
- [38](#) [12]
- [39](#) [13]
- [40](#) [14]
- ...
- [>](#) [11]
- [última](#) [15]

---

**Source URL:** <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=35>

### Links

- [1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/merienda-saludable-desde-el-rincon-de-lectura>  
[2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/7000pasosx-12>  
[3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/gimnasia-para-mayores-0>  
[4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/7000pasosx-13>

- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/efectos-nocivos-del-sol-y-del-calor>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=34>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=31>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=32>
- [10] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=33>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=36>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=37>
- [13] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=38>
- [14] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=39>
- [15] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/actividad-fisica?page=46>