

TALLER APRENDER A MOVERNOS [1]

MEJORAR MOVILIDAD, FUNCIÓN CARDIOPULMONAR, EQUILIBRIO Y SALUD ARTICULAR, REFORZANDO AUTOESTIMA Y BIENESTAR.

- [Leer más sobre TALLER APRENDER A MOVERNOS \[1\]](#)

RECOMPOSICION CORPORAL [2]

MEJORAR COMPOSICIÓN CORPORAL BASADO EN EL FOMENTO DE LA ACTIVIDAD FISICA MEDIANTE EJERCICIOS DE FUERZA Y ORIENTACIONES BASICAS PARA FAVORECER HABITOS NUTRICIONALES SALUDABLES

- [Leer más sobre RECOMPOSICION CORPORAL \[2\]](#)

ENVEJECIMIENTO EXITOSO. PREVENCIÓN DE FRAGILIDAD EN PERSONAS MAYORES [3]

MANTENER LA FUNCIONALIDAD Y PREVENIR LA FRAGILIDAD EN LAS PERSONAS MAYORES DE 70 AÑOS.

- [Leer más sobre ENVEJECIMIENTO EXITOSO. PREVENCIÓN DE FRAGILIDAD EN PERSONAS MAYORES \[3\]](#)

ESPACIO DE CRIANZA [4]

MADRES, PADRES Y/O FAMILIAS, SE REÚNEN PARA HABLAR, COMPARTIR EXPERIENCIAS, HABLAR SOBRE EXPECTATIVAS, MIEDOS Y DUDAS SOBRE LA CRIANZA, APRENDER Y APOYARSE LOS UNOS A LOS OTROS. DONDE SURGEN VARIOS TEMAS PARA IR TRATANDO EN LAS SIGUIENTES REUNIONES, COMO MATERNIDAD, ALIMENTACIÓN, APEGO SEGURO.

- [Leer más sobre ESPACIO DE CRIANZA \[4\]](#)

APRENDO A COMER DESDE EL PRINCIPIO [5]

LACTANCIA MATERNA Y LECHE DE FÓRMULA. LACTANCIA MATERNA EN PUBLICO. BANCO DE LECHE, BLW SIN ANGUSTIAS. ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y NO EXIGENTE, LACTANCIA Y REINCORPORACIÓN AL TRABAJO.

- [Leer más sobre APRENDO A COMER DESDE EL PRINCIPIO \[5\]](#)

Páginas

- [primera](#) [6]
- [<](#) [7]
- ...
- [14](#) [8]
- [15](#) [9]
- [16](#) [10]
- [17](#) [7]
- 18
- [19](#) [11]
- [20](#) [12]
- [21](#) [13]
- [22](#) [14]
- ...
- [>](#) [11]
- [última](#) [15]

Links

- [1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/taller-aprender-movernos>
- [2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/recomposicion-corporal>
- [3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/envejecimiento-exitoso-prevencion-de-fragilidad-en-personas-mayores>
- [4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/espacio-de-crianza>
- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/aprendo-comer-desde-el-principio>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/alimentacion>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/alimentacion?page=16>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/alimentacion?page=13>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/alimentacion?page=14>
- [10] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/alimentacion?page=15>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/alimentacion?page=18>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/alimentacion?page=19>
- [13] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/alimentacion?page=20>
- [14] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/alimentacion?page=21>
- [15] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/alimentacion?page=25>