

[7000PASOSX](#) [1]

FOMENTO DE HÁBITOS SALUDABLES MEDIANTE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL OCIO ACTIVO.

- [Leer más sobre 7000PASOSX](#) [1]

[TALLER DE PRIMEROS AUXILIOS](#) [2]

FORMACIÓN PARA ACTUAR COMO PRIMER INTERVINIENTE EN EMERGENCIAS.

- [Leer más sobre TALLER DE PRIMEROS AUXILIOS](#) [2]

[AFRONTAMIENTO ACTIVO DOLOR PERSISTENTE](#) [3]

INFORMACIÓN PARA CONOCER EL DOLOR JUNTO CON ACTIVIDADES DE AFRONTAMIENTO ACTIVO

- [Leer más sobre AFRONTAMIENTO ACTIVO DOLOR PERSISTENTE](#) [3]

[TALLER DE EJERCICIO FÍSICO EN LAS PEDROÑERAS.](#) [4]

EJERCICIO TERAPÉUTICO DISEÑADO PARA PROMOVER LA INDEPENDENCIA DE LOS MAYORES, MEJORAR SU ESTADO FÍSICO Y AUMENTAR SU MASA MUSCULAR, FAVORECIENDO ASÍ UNA RECUPERACIÓN MÁS RÁPIDA Y EFECTIVA.

- [Leer más sobre TALLER DE EJERCICIO FÍSICO EN LAS PEDROÑERAS.](#) [4]

[GRUPO AYUDA MUTUA DIABETES](#) [5]

ACTIVIDAD GRUPAL DIRIGIDA A PERSONAS CON DIABETES, CENTRADA EN LA CAPACITACIÓN PARA EL AUTOCUIDADO Y CONTROL DE LA ENFERMEDAD. FAVORECE EL INTERCAMBIO DE EXPERIENCIAS, EL APOYO ENTRE IGUALES Y LA ADQUISICIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES PARA MEJORAR EL CONTROL GLUCÉMICO Y PREVENIR COMPLICACIONES.

- [Leer más sobre GRUPO AYUDA MUTUA DIABETES](#) [5]

Páginas

- 1
- [2](#) [6]
- [3](#) [7]
- [4](#) [8]
- [5](#) [9]
- [6](#) [10]
- [7](#) [11]
- [8](#) [12]
- [9](#) [13]
- ...
- [»](#) [6]
- [última](#) [14]

Source URL: <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico>

Links

- [1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/7000pasosx-16>
[2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/taller-de-primeros-auxilios-2>
[3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/afrontamiento-activo-dolor-persistente>
[4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/taller-de-ejercicio-fisico-en-las-pedroneras>
[5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/grupo-ayuda-mutua-diabetes>

- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=1>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=2>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=3>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=4>
- [10] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=5>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=6>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=7>
- [13] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=8>
- [14] <https://sanidad.castillalamancha.es/tema-de-actividad-comunitaria/ejercicio-fisico?page=12>