

RUTA URBANA

SALUDABLE

ALCOI

PASO A PASO POR TU SALUD

Domingo 16 noviembre 2014, de 11 a 13.30 h

CONTROL
1

CONTROL
2

CONTROL
3

CONTROL
4

organiza:



Ajuntament d'Alcoi

Ajuntament d'Alcoi
Salut Pública



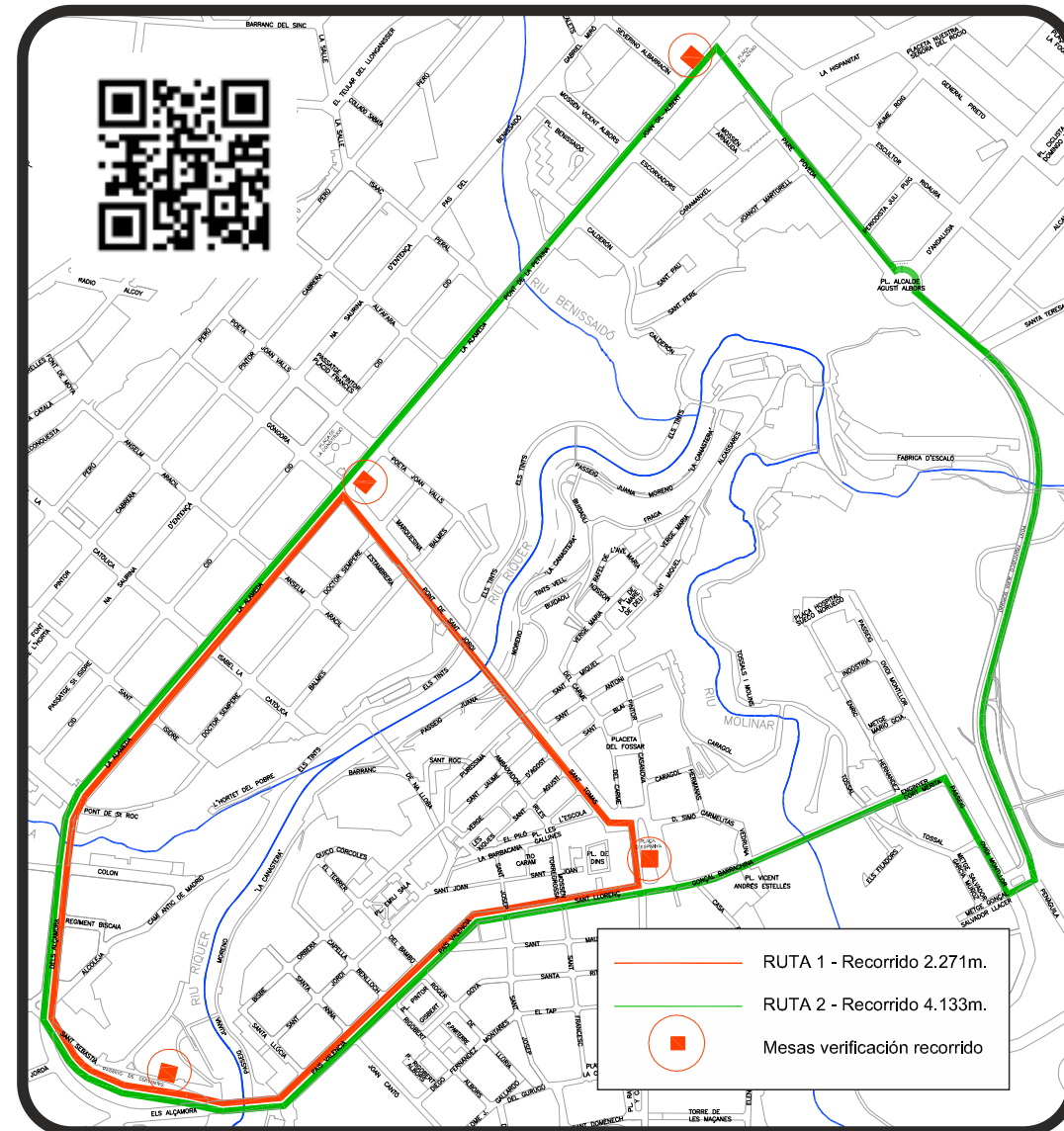
Àrea Gràfica Digital
IMPRESIÓN DIGITAL Y ROTULACIÓN
www.areagraficadigital.es

colabora:



¿Qué beneficios obtendrás si llevas un estilo de vida saludable?

- Disminuye riesgo de padecer enfermedades cardiocerebrovasculares (hipertensión arterial, diabetes etc..)
- Ayuda a controlar el peso
- Mejora la coordinación, el equilibrio y la flexibilidad
- Aumenta la movilidad articular y previene o retarda el inicio de la osteoporosis.
- Mejora el bienestar, el humor, las emociones y la autoestima.
- Fomenta las relaciones sociales y la integración en la sociedad.



RUTA URBANA

SALUDABLE

ALCOI

PAS A PAS PER SALUT

Diumenge 16 novembre 2014, d'11 a 13.30 h

CONTROL
1

CONTROL
2

CONTROL
3

CONTROL
4

organitza:

Ajuntament d'Alcoi
Salut Pública

col·labora:

Gràfica Digital
Àrea
IMPRESIÓ DIGITAL I ROTULACIÓ
www.areagraficadigital.es

SOLAN
DE CABRAS

Quins beneficis obtindràs si portes un estil de vida saludable?

- Disminueix el risc de patir malalties càrdio-cerebro-vasculars (hipertensió arterial, diabetis, etc.).
- Ajuda a controlar el pes.
- Millora la coordinació, l'equilibri i la flexibilitat.
- Augmenta la mobilitat articular i prevé o retarda l'inici de l'osteoporosi.
- Millora el benestar, l'humor, les emocions i l'autoestima.
- Fomenta les relacions socials i la integració en la societat.

