

L'Associació Contra el Càncer posa en marxa el programa "Rutes Saludables"



Participants en una d'aquestes rutes saludables
ASSOCIACIÓ CONTRA EL CÀNCER GIRONA.

L'Associació contra el Càncer ha posat en marxa a Olot el programa de prevenció "Rutes Saludables", una iniciativa destinada a promoure l'exercici físic i els hàbits saludables entre la població general. Aquesta activitat, que compta amb la participació de voluntaris de l'associació, té com a objectiu fomentar l'activitat física com a element clau en la prevenció del càncer i altres malalties.

El programa consisteix en reunions setmanals d'un grup a Olot, que es realitzaran els divendres a les 16.30 hores a les Fonts de Sant Roc. El recorregut, d'aproximadament cinc quilòmetres i amb una

durada d'una hora, permetrà als participants gaudir d'una caminada saludable pels entorns naturals de la localitat. Per participar en aquesta iniciativa, només cal trucar al telèfon 972 20 13 06 o enviar un correu electrònic a [/cdn-cgi//email-protection].

Actualment, el programa "Rutes Saludables" ja es du a terme a les poblacions gironines de Girona, Quart, Salt i Vilafant.

Publicat a:

Font del document:

<http://www.elpuntavui.cat/societat/article/14-salut/2409882-l-associacio-contra-el-cancer-posa-en-marxa-el-programa-rutes-saludables.html>