



Ajuntament
de Mataró

JORNADES DE SALUT I ALIMENTACIÓ / MATARÓ, OCTUBRE DE 2016



*Posa't en marxa
i suma salut*

Dimarts 18 d'octubre

A les 19 h Xerrada: Apptivitat física i salut

A can Palauet (c. d'en Palau, 32)

A càrrec de Daniel Lara. Consultor freelance

L'any 2.020 hi haurà 75 bilions de dispositius electrònics connectats. Les noves tecnologies formen part de les nostres vides i han vingut per quedar-se. Realment poden fer-nos la vida més fàcil? Quines Apps ens poden ajudar a ser més actius? Quines eines tenim al mercat per portar un estil de vida més saludable?

L'Apptivitat física és la nova forma d'entendre un estil de vida actiu.

Inscripció prèvia: salutpublica@ajmataro.cat

Accés al programa complet de les JORNADES DE SALUT I ALIMENTACIÓ a la pàgina web de l'Ajuntament www.mataro.cat