

Se ha celebrado esta mañana en el marco del Programa “España se Mueve”

## **CHARLA SOBRE LOS BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LAS PERSONAS MAYORES**

**Vva. de la Cañada, 5 de nov. 2014.-** El Centro Cívico El Molino ha acogido esta mañana una charla informativa sobre los beneficios de la actividad física para las personas mayores, a cargo de la profesora universitaria y experta Sonia García. Esta se incluye en el calendario de actividades organizado en el marco del Programa “España se Mueve”, y concretamente en el destinado a las personas mayores denominado “Movinivel +”, al que está adherido el Ayuntamiento villanovense.

La siguiente conferencia, prevista también para este mes de noviembre, correrá a cargo del Dr. José Antonio Serra, jefe de Geriátrica del Hospital Gregorio Marañón de la Comunidad de Madrid.

### **Ciudad Saludable**

Esta iniciativa además se enmarca dentro de las actividades destinadas a promover el envejecimiento activo entre las personas mayores del municipio, objetivo que el Ayuntamiento fomenta a través del Observatorio de la Salud del Mayor, siguiendo las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud a cuya Red de Ciudades Saludables pertenece Villanueva de la Cañada.