

FAGDE - Actividades Pasadas

<https://www.fagde.org/>

Actividad física y vida saludable para una población activa

The poster features a central image of a man in an orange shirt performing a yoga or stretching pose on a mat. Text on the poster includes: 'ACTÍVATE con Antonio Casimiro', 'Día 26 de septiembre', '19:00 h Sala Palmanova', 'Conferencia:', 'ACTIVIDAD FÍSICA Y VIDA SALUDABLE PARA UNA POBLACIÓN ACTIVA', 'Más información e inscripciones: www.calviadeportes.com/evento/actividad-fisica-y-vida-saludable/', 'ENTRADA GRATUITA', and logos for AGEPIB, Ajuntament de Calvià, and Calvià deports.

La **Asociación de Gestores Deportivos Profesionales de las Islas Baleares (AGEPIB)** y el **Institut Calvianer d'Esports (ICE)** del **Ayuntamiento de Calvià**, con la colaboración de **FAGDE**, ponen en marcha un **ciclo de ponencias de carácter gratuito** destinadas al cuidado de la salud para toda la ciudadanía. El objetivo de estas charlas es concienciar a la ciudadanía sobre la importancia de llevar un estilo de vida saludable que sea aplicable a la vida diaria y aprender a cuidar el cuerpo para mejorar la salud. El próximo **26 de septiembre** de 2022 a las 19 h en la Sala Palmanova tendrá lugar la primera conferencia del ciclo, titulada '**ACTIVIDAD FÍSICA Y VIDA SALUDABLE PARA UNA POBLACIÓN ACTIVA**'.

El **Dr. Antonio Casimiro**, Licenciado y Doctor en Educación Física, profesor titular de Universitat (UAL) y autor de diversos libros y artículos relacionados abordará diferentes temas relacionados con la influencia de la actividad física en la salud de las personas, entre otros:

- Ejercicio físico para la salud holística a lo largo del ciclo vital
- Despacio, por favor: las prisas son malas consejeras
- ¿Cómo incide el ejercicio físico ante la ansiedad y el estrés de vida actual?
- ¿Vivo para trabajar o trabajo para vivir?
- Activa tu mente
- Emocionalidad, espiritualidad y deporte

El programa del evento será el siguiente:

19.00 h: Presentación de la jornada por parte del ICE y la AGEPIB

19.10 h: Conferencia: Actividad física y vida saludable para una población activa a cargo del Dc. Antonio Casimiro.

20.10 h: Turno de preguntas

20.30 h: Refrigerio

La inscripción es gratuita y puede realizarse [AQUÍ](#)

Link to Original article: <https://www.fagde.org/actividades-pasadas/actividad-fisica-y-vida-saludable-para-una-poblacion-activa?elem=291550>