

ENVEJECER CON SALUD: ALIMENTACIÓN, AUTOCAUIDADO Y BIENESTAR EMOCIONAL



MARTES Y JUEVES

Días 2, 4, 9 y 11 de junio
de 2026



LUGAR

Sede UGT-PV
C/Arquitecto Mora 7, Valencia



HORARIO

De 9:30h a 12:30h



DIRIGIDO A

Personas jubiladas o pensionistas
afiliadas a **UJP UGT-PV** mayores
de 60 años.



PROGRAMA

- ▶ Nutrición y envejecimiento activo.
- ▶ Prevención de enfermedades prevalentes.
- ▶ Taller práctico de cocina saludable.
- ▶ Iniciación al mindfulness y bienestar emocional.

Subvenciona

Organiza

INSCRÍBETE



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030

SECRETARÍA DE ESTADO
DE DERECHOS SOCIALES



UNIATE
FUNDACIÓN



963884039 De 10h a 13h