



ACTIVIDADES



Localiza y comparte iniciativas, eventos y experiencias de envejecimiento saludable en Andalucía.



Dispones de un buscador de actividades y un buscador por calendario que posibilita la difusión de los eventos a través de las redes sociales.

Disfruta de las experiencias recogidas en **“Cuéntanos tus actividades realizadas”**.



APRENDE MÁS



Accede a tutoriales, cursos online, información sobre aplicaciones móviles, contenidos y herramientas para el fomento del envejecimiento saludable.



Servicio de Envejecimiento Saludable de Salud Responde

Si te inscribes en este servicio puedes recibir consejos a través de la app de Salud Responde, el teléfono móvil y por correo electrónico.

También puedes **plantear dudas** que serán respondidas por **profesionales expertos** en la materia.



Si eres profesional sanitario, en el apartado **Profesionales** dispones de materiales de apoyo y cursos de formación online sobre el **programa Examen de Salud para Mayores de 65 años**.

¡REGÍSTRATE EN LA PLATAFORMA

para que puedas compartir actividades, experiencias y opiniones!



FOMENTO DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE A TRAVÉS DE SOLUCIONES DIGITALES



PLATAFORMA EN BUENA EDAD

www.enbuenaedad.es



ENVEJECER DE UNA MANERA SALUDABLE



Mantener una **vida activa**



Adquirir **buenos hábitos**



Promover una **alimentación y actividad física adecuada**



Cuidar nuestra **salud**



Estar conectados al mundo que nos rodea (**familia, amistades, vecindad**)



Mantener la **curiosidad y el deseo de conocimiento** a lo largo de la vida



Navega por la web
www.enbuenaedad.es
— de forma fácil —



SALUD



SEGURIDAD



ACTIVIDADES



APRENDER MÁS

La **plataforma digital 'En buena edad'** de la Consejería de Salud y Familias pretende **fomentar el envejecimiento activo y saludable en Andalucía.**

Todos los contenidos son **accesibles de forma libre**, los más destacados son: Salud, Seguridad, Actividades, Aprender más, Servicio de Envejecimiento Saludable de Salud Responde y el apartado de Profesionales.



SALUD

Encuentra información y consejos sobre:



Alimentación saludable



Actividad física



Bienestar emocional



Cuidados de salud

También puedes compartir **recetas o rutas saludables** que favorecen el buen envejecer y el bienestar personal.



SEGURIDAD



Descubre consejos clave para **prevenir accidentes** en el hogar y en el entorno más cercano.



Recomendaciones para **promover el buen trato** a las personas mayores.