



# CUÍDATE EN LA MANCOMUNIDAD ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

El lugar donde vives es un entorno esencial para mejorar tu salud y bienestar. ¿Cómo ganamos años de vida en buena salud? Con el desarrollo de la **ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN EN EL SISTEMA NACIONAL DE SALUD (EPS) LA VEGA SALUD**, a la que Mancomunidad la Vega se ha adherido y que en su aplicación a la Mancomunidad, denominamos **LA VEGA SALUD**. Esta Estrategia propone el desarrollo de acciones para promover entornos y estilos de vida saludables y potenciar la seguridad frente a lesiones; actuando de manera integral en todos los ámbitos - escolar, sanitario y comunitario - desde un enfoque positivo y proactivo: **salud para todos y todas, a lo largo de toda la vida**. Para ello, se han creado la **mesa de coordinación intersectorial** en la Mancomunidad y, **las mesas de salud local**, en cada uno de los municipios: Algorfa, Jacarilla, Redován y San Miguel de Salinas - que ayudarán a que las políticas y acciones locales tengan un impacto positivo en la salud y el bienestar de la ciudadanía.



Si necesitas más información o realizar alguna consulta sobre esta iniciativa, puedes ponerte en contacto con nosotros/as a través de:

UPCCA Mancomunidad la Vega  
645 920 626  
upcca@mancomunidadlavega.es

O bien dirígete a los servicios sociales de tu municipio



[www.lavegasalud.com](http://www.lavegasalud.com)

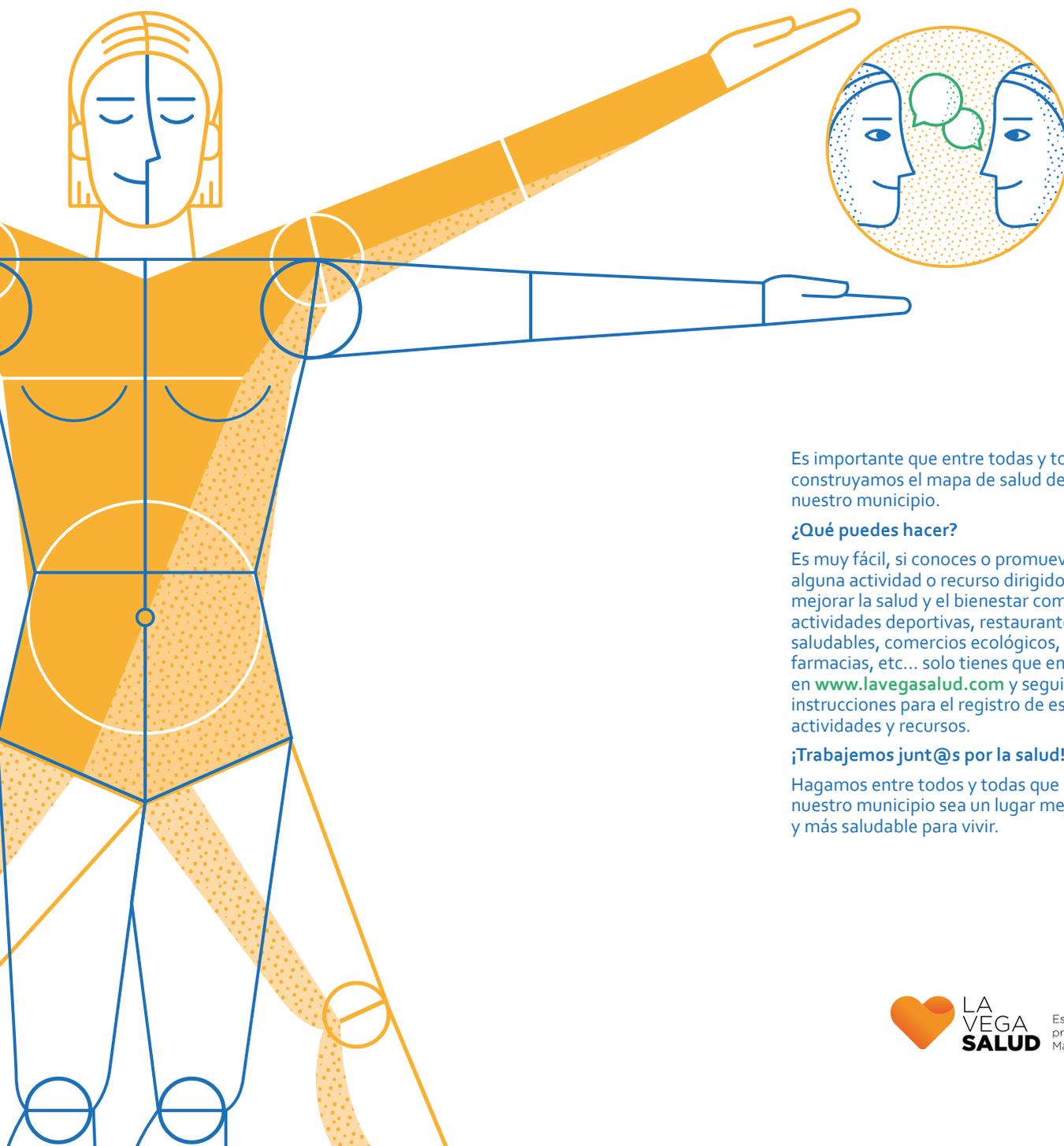
# CUÍDATE EN LA MANCOMUNIDAD ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

# CUÍDATE EN LA MANCOMUNIDAD

## ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

Además, tienes a tu disposición el **Mapa de Recursos de salud y bienestar**. Se trata de un mapa virtual que recoge los recursos y actividades de salud que hay en tu localidad. Su acceso es PÚBLICO Y GRATUITO, y te ayudará a conocer y encontrar recursos cercanos atendiendo a los principales factores que mejoran nuestro bienestar:

- Actividad física
- Alimentación saludable
- Prevención del consumo nocivo de alcohol
- Prevención del consumo de tabaco
- Bienestar emocional
- Parentalidad positiva
- Envejecimiento activo
- Otros



Es importante que entre todas y todos construyamos el mapa de salud de nuestro municipio.

### ¿Qué puedes hacer?

Es muy fácil, si conoces o promueves alguna actividad o recurso dirigido a mejorar la salud y el bienestar como actividades deportivas, restaurantes saludables, comercios ecológicos, farmacias, etc... solo tienes que entrar en [www.lavegasalud.com](http://www.lavegasalud.com) y seguir las instrucciones para el registro de estas actividades y recursos.

### ¡Trabajemos junt@s por la salud!

Hagamos entre todos y todas que nuestro municipio sea un lugar mejor y más saludable para vivir.