



**Dia Mundial  
de l'Activitat Física**

**6 d'abril de 2015**

La sedentarietat = Malaltia...

**L'activitat física = Salute!**

**Ogni giorno metti insieme 30 minuti di attività fisica**



 **Generalitat  
de Catalunya**

 **Pla d'Activitat Física  
Esport i Salut**

**PAAS** Pla integral per a la promoció  
de la salut mitjançant l'activitat  
física i l'alimentació saludable

**Pla Nacional de Promoció  
de l'Activitat Física**

 **esportcat**

 **fundació  
agrupació**

[www.DiaMundialActivitatFisica.cat](http://www.DiaMundialActivitatFisica.cat)

[www.pafes.cat](http://www.pafes.cat)