

¿Quieres PARTICIPAR EN UN ESTUDIO CIENTÍFICO paseando por playas urbanas de Barcelona o Badalona?

Te invitamos a realizar PASEOS CONSCIENTES POR LA PLAYA PARA MEJORAR TU BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL

Buscamos participantes para un estudio del proyecto Europeo RESONATE que tiene como objetivo principal generar conocimiento científico que respalde las **Terapias basadas en la Naturaleza** para promover la salud y el bienestar



**resonate**

RESILIENCE THROUGH NATURE-BASED THERAPIES



The Resonate project is funded by the European Union's Horizons Europe Research and Innovation programme under grant agreement No. 101081420 and co-funded by the UK Research and Innovation grant award No. 10063874



Photo by Chan Lee on

Unsplash

## ¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR?

- Si tienes entre **40 y 65 años**
- Tienes un estilo de vida **sedentaria**
- Cumples con **3** de estos **CRITERIOS**:
  - Tensión arterial alta (superior a 130 mmHg - 85 mmHg)
  - Triglicéridos altos (superior a 150 mg/dL)
  - Colesterol HDL por debajo de 40 mg/dL
  - Azúcar en sangre (superior a 110 mg/dL)
  - Perímetro de cintura superior 102 cm (hombres), 88 cm (mujeres)
- No estás participando en ningún ensayo clínico o programa de pérdida de peso

Una vez completado el estudio te regalamos un **SENSOR DE FRECUENCIA CARDÍACA**

## ¿TE INTERESA?

Contacta con el equipo **RESONATE**

[resonatebarcelona@isglobal.org](mailto:resonatebarcelona@isglobal.org)

Escanea el código QR para participar o recibir más información.

