



Sala de Premsa

Servei de Premsa
Diputació de Barcelona
Rbla. Catalunya, 126, 2a.
Edifici Can Serra
08008 Barcelona
T. 934 022 094
F. 934 022 272
s.prensa@diba.cat

Per contactar amb nosaltres els caps de setmana, podeu trucar al telèfon 934 022 094

Nota de premsa



[<< Tornar al llistat de notes de premsa](#)

Societat

24/03/2010 13:03

Els avis han fet una sessió pràctica acompanyats d'una fisioterapeuta

Valldoreix ha inaugurat avui el nou Espai Lúdic i de Salut per a la gent gran

La presidenta de l'Entitat Municipal Descentralitzada de Valldoreix, Montserrat Turu i la vocal de l'Àrea de Serveis a les Persones, Teresa Veciana, acompanyades de representants de la Diputació de Barcelona, han inaugurat avui el nou Espai Lúdic i de Salut per a la Gent Gran, ubicat a la Plaça Maria Sabater, amb l'objectiu que la gent gran millori les seves condicions físiques.

Durant l'acte, un col·lectiu de gent gran han fet una sessió pràctica. Una fisioterapeuta ha dirigit la sessió i els ha anat indicant la forma d'utilització i els ha donat alguns consells pràctics per treballar aspectes concrets per millorar l'equilibri, la coordinació, la mobilitat articular, els estiraments musculars, la força i agilitat cardiovascular.

L'Espai Lúdic i de Salut consta de 15 elements diferents, que ubicat a l'aire lliure forma un circuit que facilita la pràctica d'exercicis suaus, especialment dissenyats per afavorir les condicions físiques de la gent gran, contribuint a la millora del seu benestar. Aquest equipament, avalat pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, és al mateix temps un instrument en mans dels ajuntaments per afavorir la convivència en els espais públics urbans.

La Diputació de Barcelona té previst cedir als ajuntaments, fins a final de mandat (2011), 135 espais lúdics, amb una inversió de 1,6 MEUR. Com a suport, la Diputació facilita el material de difusió i comunicació i assumeix la formació dels monitors responsables de les sessions guiades de dinamització entre la gent gran.

[Enviar la nota de premsa](#)

- [Galeria fotogràfica](#)

Si voleu més informació, contacteu:

[<< Tornar al llistat de notes de premsa](#)

Desitgeu rebre les notes de premsa a la vostra adreça electrònica? [Subscribiu-vos-hi](#)

Ethel Paricio
Servei de Premsa
Diputació de Barcelona
Rbla. Catalunya, 126 pl.2a
08008-Barcelona
Tel.93 402 20 94 Fax.934 022 272
✉ paricioe@diba.cat
<http://www.diba.cat>