



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

22/10/2010 14:10

La gent gran ha participat en una sessió pràctica

Sant Salvador de Guardiola estrena el seu Espai Lúdic i de Salut per a la Gent Gran

Les persones grans de Sant Salvador de Guardiola ja poden utilitzar el nou Espai Lúdic i de Salut ubicat al carrer Pau Casals. A l'acte d'inauguració, que ha estat presidit per l'alcalde Albert Miralda, un col·lectiu de persones grans han pogut realitzar una sessió pràctica sobre la correcta utilització, que ha estat dirigida per una fisioterapeuta.

L'Espai Lúdic i de Salut consta de 15 elements diferents, que forma un circuit per facilitar la pràctica d'exercicis suaus, especialment dissenyats per afavorir les condicions físiques de la gent gran i contribuir a la millora del seu benestar. Aquests exercicis suaus treballen aspectes concrets per millorar l'equilibri, la coordinació, la mobilitat articular, els estiraments musculars, la força i agilitat cardiovascular. L'equipament compta amb l'assessorament tècnic del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.

La Diputació de Barcelona té previst cedir als ajuntaments, fins a final de mandat (primavera del 2011), 135 espais lúdics, amb una inversió de 1,6 MEUR. Com a suport als ajuntaments, la Diputació facilita també 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? [Subscriu-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>