



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

16/06/2010 08:06

Un col·lectiu de gent gran hi va fer una sessió pràctica

Balsareny i Avinyó disposen d'Espai Lúdic i de Salut per a la gent gran

Els alcaldes de Balsareny, Jaume Rabenya, i d'Avinyó, Josep Balasch, van inaugurar ahir, a les seves respectives localitats, els nous Espai Lúdic i de Salut per a la Gent Gran. Dirigits per una fisioterapeuta, gent gran d'ambdós municipis van fer una sessió pràctica sobre la correcta utilització dels diferents elements que formen aquests equipaments.

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. Els elements que formen l'Espai Lúdic i de Salut permeten fer més de 150 exercicis per treballant aspectes concrets com ara millorar l'equilibri, la coordinació, la mobilitat articular, els estiraments musculars, la força i agilitat cardiovascular. L'equipament està avalat pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.

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 als ajuntaments, 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? [Subscriuiu-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
✉ paricioce@diba.cat
<http://www.diba.cat>