Parcs Urbans de Salut a comarques Gironines.

+ Notícies | 07/02/2012 | 09:49

Dipsalut dóna a conèixer els Parcs Urbans de Salut a representats de diverses entitats europees.

Aquest dimarts 7 de febrer a la tarda, Dipsalut ha ofert una sessió d'activitat física dirigida i una breu xerrada al Parc Urbà de Salut situat a Vistalegre, a la ciutat de Girona. L'objectiu ha estat donar a conèixer el programa de Parcs Urbans de Salut i Xarxes d'Itineraris Saludables a representants de diverses entitats europees, implicades en el projecte Natur(s)_al, que promou el diàleg intergeneracional a través de la interacció amb la natura i les noves tecnologies. La dinamització ha comptat amb la participació d'una quarentena de persones - representants de set entitats que formen part de Natur(s)_al.

Aquest dimarts 7 de febrer a la tarda, Dipsalut ha ofert una sessió d'activitat física dirigida i una breu xerrada al Parc Urbà de Salut situat a Vistalegre, a la ciutat de Girona. L'objectiu ha estat donar a conèixer el programa de Parcs Urbans de Salut i Xarxes d'Itineraris Saludables a representants de diverses entitats europees, implicades en el projecte Natur(s)_al. Hi ha participat una quarentena persones - representants de set entitats que formen part de Natur(s)_al- vingudes de Portugal, Itàlia, Finlàndia i Turquia. El projecte Natural Sciences for Adult Learners (Natur (s)_al) busca fomentar les relacions intergeneracionals a través de la natura i de l'ús de les TIC. L'entitat que l'impulsa a les comarques gironines és Espiral Entitat de Serveis -amb seu a Salt-, una associació privada sense ànim de lucre que promou accions socials i projectes que permetin a les persones i comunitats aconseguir un desenvolupament i creixement global, evitant exclusions i animant a la solidaritat i cooperació transnacional en el marc d'un món sostenible.

El Programa de Parcs Urbans de Salut i Xarxes d'Itineraris Saludables està orientat a promoure la pràctica d'activitat física habitual i a l'aire lliure. Els Parcs són conjunts d'aparells per a realitzar exercici físic. Estan situats a l'exterior i oberts les 24 hores per facilitar-ne al màxim l'accés. Les Xarxes són camins preparats i senyalitzats per caminar, essent conscient de la distància que es recorre i el temps que s'hi dedica. Periòdicament s'organitzen sessions d'exercici en grup en aquests equipaments. Estan dirigides per dinamitzadors professionals i especialitzats que, a més de recomanar la pràctica d'activitat física habitual, promouen les relacions socials i treballen les habilitats individuals i col·lectives que ens permeten intervenir positivament sobre la nostra salut i qualitat de vida.

Autor: Redacció
Redacció

https://gironanoticies.com/noticia/19562-parcs-urbans-de-salut-a-comarques-gironines.htm