

# Torroella promou els parcs de salut

S'hi ha fet una trobada amb usuaris d'aquest tipus d'equipaments, que tenen el suport de la Diputació

---

L'Ajuntament de Torroella de Montgrí i l'organisme de salut de la Diputació de Girona, Dipsalut, aposten per fomentar l'ús dels parcs urbans. Al municipi n'hi ha tres d'instal·lats: a la urbanització de la Granja, davant l'Espai Ter i a la urbanització Els Salats. En aquest es va fer ahir la cinquena trobada d'usuaris dels parcs de salut de l'Alt Empordà i del Baix Empordà, en la qual han participat més de 70 usuaris. Es va dur a terme una sessió dinamitzada per l'empresa Urban Salut, a la qual Dipsalut té contractades les actuacions de dinamització i assessorament dels parcs urbans de salut i els itineraris saludables.

## Exercici moderat

Els parcs estan dotats d'un conjunt d'aparells, situats a poca distància entre ells, que estan pensats per fer exercici moderat. Han estat dissenyats per una comissió d'experts per tal de garantir la seguretat i la idoneïtat de cadascun dels exercicis i la realització d'un treball homogeni de tot el cos. Van acompanyats de plafons en els quals s'explica com s'han d'utilitzar. Aquests equipaments estan especialment dirigits a adults i a gent gran. Són una realitat gràcies al conveni que el 2011 van signar l'Ajuntament de Torroella de Montgrí i el Dipsalut.

Per promoure l'ús dels parcs i fer-los servir idòniament, Dipsalut organitza sessions amb monitor cada setmana: a Torroella de Montgrí, davant l'Espai Ter, cada dimarts, i als Salats, de l'Estartit, cada dimarts, a les nou hores del matí. A més, cada darrer dimarts de final de mes s'organitza una marxa nòrdica.

Publicat a:

-El Punt Avui. Girona 23-07-2019, Pàgina 25

Font del document:

<http://www.elpuntavui.cat/societat/article/5-societat/1640454-torroella-promou-els-parcs-de-salut.html>