

# Ger rep una subvenció per promoure la vida saludable

L'Ajuntament del municipi rep 1.491,98 euros de Dipsalut de la Diputació de Girona per desenvolupar el projecte 'Salut i Natura'

BLANCA SOLER  
Ger

L'Ajuntament de Ger ha rebut una subvenció per import de 1.491,98 euros de Dipsalut, l'Organisme de Salut Pública de la Diputació de Girona, pel projecte 'Salut i Natura' any 2024.

No és la primera vegada que l'Ajuntament guanya aquesta subvenció, ja que cada any presenta un projecte per tal de guanyar la subvenció. Així que ja l'ha guanyat en altres ocasions. El que canvia, però, són les activitats que s'inclouen en aquest projecte per tal de dur un estil de vida saludable. Les activitats que s'inclouen per poder rebre la subvenció són activitats de muntanya com ara pedalades, trials, curses, caminades populars i ascensions a pics, entre d'altres.

Segons ha explicat Magda López responsable de les subvencions de l'Ajuntament, el consistori està agraït de poder rebre aquests diners, ja que ajuden a cobrir les despeses que comporten aquestes activitats de muntanya. «Aquesta subvenció ens permet preparar avituallaments, comprar trofeus, afrontar les despeses de publicitat dels actes, etc.». López apunta que enguany han inclòs activitats físiques d'estiu que es puguin dur a terme a la piscina municipal. «També hem inclòs la cursa de Sant Silvestre, la caminada popular, la pedalada i el cross de Gréixer», concreta López.

## Projecte 'Salut i Natura'

El projecte 'Salut i Natura' busca promoure la salut entre la població i fomentar la pràctica d'activitat física i altres hàbits saludables. L'Or-

ganisme de Salut Pública posa èmfasi en el desenvolupament d'aquestes habilitats per tal que les persones puguin tenir més control sobre els seus hàbits de vida sobre la seva salut. Fomentar la salut individual i col·lectiva que incideixen en les condicions i els estils de vida, en els entorns i en els coneixements és essencial, recorda Dipsalut. A partir de la recerca científica, Dipsalut considera que els beneficis de dur a terme activitat física a la natura van més enllà de l'impacte positiu en la salut física, ja que tenen un efecte multidimensional en diversos aspectes de la nostra salut i benestar, incloent-hi la interacció social, l'empoderament, la cohesió social, el benestar emocional, la reducció de l'estrès percebut, l'estat d'ànim, la recuperació de la fatiga i la percepció de la mateixa salut, entre altres. ■