Els centres de gent gran de Salt s´uneixen per fer una «masterclass» d´activitat física

SALT | DDG

Els centres de gent gran de Salt s'han unit per preparar junts una «masterclass» d'activitat física que es farà aquest divendres a dos quarts d'onze del matí, en el marc de la Setmana de l'Activitat Física i l'Esport. Segons l'Ajuntament, l'objectiu de l'activitat és, per una banda, donar visibilitat al col·lectiu de la gent gran, especialment als que presenten algun grau de dependència, i per l'altra fomentar l'envelliment actiu com a mètode de promoció de la salut. A més, consideren que la unió dels diferents centres permetrà generar bones sinergies entre els diferents equips i equipaments que atenen les persones grans, promovent i facilitant la relació entre els participants i afavorint que puguin mantenir els vincles amb la gent que han anat coneixent. La «masterclass» consistirà en un circuit adaptat d'activitat física al passeig Ciutat de Girona a càrrec de dues fisioterapeutes expertes en l'atenció a les persones grans. L'acte està organitzat per la Fundació Les Vetes, Centre de Recursos de Gent Gran de Salt i Centre de Dies Les Bernardes amb la col·laboració del Casal de Gent Gran de Les Bernardes i la Residència Nostra Llar.

Font del document:
http://www.diaridegirona.cat/girona/2016/04/13/centres-gent-gran-salt-suneixen/777437.html?utm_source=rss