

Dinamización de los parques de salud municipales

Para fomentar un envejecimiento activo entre la población mediante el uso de los parques de salud municipales, el Servicio de Medio Ambiente, Salud Pública y Territorio con el apoyo de los ayuntamientos, realiza sesiones de dinamización en los parques de salud subvencionados por la Diputación.



Parc de saïut



Los parques urbanos de salud son un espacio de encuentro, están equipados con diferentes aparatos adaptados a las personas mayores y diseñados para mejorar y mantener su estado físico. Estos parques permiten ejercitar, ya sea de forma individual o acompañada, cualidades físicas básicas como la fuerza, la flexibilidad, la resistencia, el equilibrio o la coordinación, componentes vitales de la condición física relacionados con la salud y la calidad de vida. Así, los parques de salud se configuran como un circuito de ejercicios suaves, especialmente concebidos para favorecer las condiciones físicas de las personas mayores.