

■ Nota de premsa ■

Caminades culturals a Tàrrrega en el marc del projecte Salut en Xarxa

Dijous comença la primera activitat sota el lema “Caminant fem salut i coneixem Tàrrrega”

Tàrrrega estrenarà el proper dijous 11 d'abril la primera activitat del projecte Salut en Xarxa. Es tracta de 12 caminades urbanes per la ciutat, de curta i mitja distància, on s'inclou una explicació dels edificis i monuments més emblemàtics del recorregut (les rutes han estat organitzades per la regidoria d'Esports de l'Ajuntament).

Les caminades es faran cada dijous, fins a finals de juny. El lloc de sortida serà el pavelló municipal de Tàrrrega i l'horari habitual serà de 9 a 11 h.

És una activitat gratuïta adreçada a la població en general. Els/les infermeres del CAP prescriuran aquesta activitat amb l'objectiu d'introduir l'hàbit de fer exercici físic diàriament i millorar la qualitat de vida dels participants.

Els participants seran acompanyats per dues infermeres de l'EAP de Tàrrrega, la tècnica d'esport i salut de l'Ajuntament i en algunes es disposarà d'un guia de l'Àrea de Cultura.

El projecte Salut en Xarxa es va crear per prioritzar oportunitats de millora relacionades amb la salut, fomentar la participació i apoderar la comunitat, donar impuls a la realització del programa de prescripció social i la recollida de mesures terapèutiques no farmacològiques. Aquest projecte està impulsat per l'Equip d'Atenció Primària, l'Ajuntament de Tàrrrega, el Consell Comarcal de l'Urgell, l'Agència de Salut Pública i la Creu Roja, amb el suport de la Diputació de Lleida.

Lleida, 9 d'abril de 2019