

Sanitat

Els Centres d'Atenció Primària porten els pacients a fer sortides de salut

MIQUEL SPA
Puigcerdà

La Fundació Hospital de Puigcerdà ha activat un projecte per eforçar els programes de promoció de la salut a través dels Centres d'Atenció Primària (CAP) de la Cerdanya. En aquesta ocasió, ho fa amb sortides de marxa nòrdica organitzades conjuntament amb l'IDAPA adreçada als pacients. El CAP de Bellver de Cerdanya ha celebrat dues sortides de marxa nòrdica els dies 13 i 20 de novembre.

L'activitat és oberta a tothom i pretén fomentar l'exercici moderat i regular entre la població, especialment en un entorn natural que convida a caminar. El punt d'inici de les sortides és el mateix CAP de Bellver de Cerdanya, des d'on també es gestionen les inscripcions.

Les sortides de marxa nòrdica s'integren dins una programació comunitària més àmplia que la Fundació Hospital de Puigcerdà desplega als consultoris locals d'All, Bolvir, Ger i Guils de Cerdanya. Aquest novembre continuen els tallers setmanals d'exercici terapèutic i memòria, i com a novetat s'hi afegeix una sessió de benestar emocional impartida per la referent de benestar emocional i comunitari. ■
