

Arrenca amb èxit el programa «Fes Més!» a Esterri d'Àneu

La iniciativa impulsada des de l'ajuntament pretén fomentar i promocionar els hàbits de vida saludable



Imatge d'una sessió de tonificació | Ajuntament d'Esterri d'Àneu

Esterri d'Àneu ha iniciat aquest mes de novembre el programa **Fes Més!**, una iniciativa impulsada des del consistori aneuenc i que té l'objectiu de fomentar i promocionar els hàbits de **vida saludable**. El programa consta de diversos cursos, entre els quals els de **tonificació**, que tenen lloc els dimarts i els dijous de 18h a 19h de la tarda i de les 19h a les 20h del vespre. Tot i que l'activitat, que es realitza en una sala polivalent, està subvencionada per l'ajuntament, el preu mensual és de 10 euros per tal de manenir la fidelitat.

[intext1]

Per altra banda, el programa també vol fomentar l'esport i la salut entre la gent gran. Per aquest motiu, les sessions de gimnàstica d'aquest grup d'edat tenen lloc els dimarts de 16h a 17h i de 17h a 18h de la tarda en una sala també de propietat municipal. Aquest tipus d'activitat, però, és gratuïta.

L'alcalde d'Esterri d'Àneu, **Pere Ticó**, explica que des del consistori han volgut liderar de nou aquesta iniciativa. Segons el batlle aneuenc, la proposta "**ha estat un èxit**", ja que en les classes de tonificació s'hi han inscrit **fins a 40 persones**, el màxim permès. Antigament, es demanava una subvenció a la Diputació de Lleida d'entre sis i set mil euros, però amb el canvi de govern el format va canviar, tot i que la quantitat rebuda és la mateixa, explica Ticó.

[intext2]

Altres notícies que et poden interessar

?