

Noticia publicada en Diario Vasco sección Bidasoa, el viernes día 28 de Junio de 2013.

IRUN

«Lo ideal es cumplir los años en la

calle, no en casa»

MAITE CRUZADO ANIMÓ A LOS MAYORES A PARTICIPAR EN EL PROGRAMA DE PASEOS SALUDABLES 'TTIPI-TTAPA'

28.06.13 - 00:05 - J.O. | [IRUN](#). La delegada de Bienestar social, Maite Cruzado, también se acercó al punto de inicio de la Marcha Regulada. La concejal aprovechó la ocasión para difundir el programa 'Ttipi-ttapa', iniciativa del Gobierno Vasco y coordinada por el Ayuntamiento que se puso en marcha en octubre de 2012. La iniciativa, dirigida a la tercera edad, cuenta con la colaboración de varias de las asociaciones de mayores que trabajan en la ciudad, como Makila, Nagusilan, Soroxarta o Zelaiburu.

'Ttipi-ttapa' ofrece «una serie de itinerarios» para realizar a pie, que coordinan «las propias asociaciones», explicó Cruzado. La delegada destacó los beneficios de este tipo de ejercicio físico no sólo para la salud y el bienestar de cada uno, sino también «como herramienta de socialización».

Juana Mari Erro, de Nagusilan, animó a la ciudadanía a participar en este programa, «porque se lo van a pasar realmente bien. Lo ideal es cumplir años pero en la calle, no metido en casa», afirmó. Por su parte, Carmen Barbero de Soroxarta aseguró que el paseo que coordina esta asociación «funciona muy bien. En Soroxarta organizamos muchas actividades y procuramos superarnos cada día».

Para obtener más información sobre 'Ttipi-ttapa' o unirse a uno de los grupos, los interesados pueden llamar al número de teléfono 010 o al Servicio de Orientación a la Actividad Física (943 50 54 07). También se puede consultar la página web www.irun.org.

«Lo ideal es cumplir los años en la calle, no en casa»

Escrito por Administrator

Viernes, 28 de Junio de 2013 11:35 - Actualizado Domingo, 20 de Noviembre de 2016 20:10
