
Redacció | Actualitzat el 17/01/2011 a les 11:45h

Fornells de la Selva estrena el Parc Urbà de Salut

Aquest diumenge 16 de gener, Dipsalut i l'Ajuntament de Fornells de la Selva han inaugurat el Parc Urbà de Salut que s'ha implantat al municipi.



Sessió de dinamització del Parc Urbà de Salut de Fornells de la Selva Foto: Dipsalut

Aquest 16 de gener, Dipsalut i l'Ajuntament de Fornells de la Selva han inaugurat el Parc Urbà de Salut que s'ha implantat al municipi, situat al Passatge Torola.

En l'acte, hi ha participat el president de Dipsalut, Josep Marigó i l'alcalde de Fornells de la Selva, Gabriel Casas. Després dels parlaments - en els quals s'ha destacat l'objectiu de la iniciativa: promoure l'activitat física entre la població- s'ha dut a terme una sessió dirigida d'exercici en grup com les que s'organitzaran periòdicament a cada Parc Urbà de Salut per tal d'ensenyar a fer correctament els exercicis i fidelitzar els usuaris. En la sessió, una fisioterapeuta formada específicament com a dinamitzadora dels Parcs Urbans de Salut, ha mostrat a un grup d'una desena de persones com utilitzar idòniament cadascun dels aparells, l'ordre recomanat i les recomanacions generals que cal seguir.

Finalment, degut a la gran demanda, Dipsalut ha decidit cedir un total de 181 Parcs Urbans de Salut. 105 municipis d'arreu de la demarcació acolliran aquests equipaments. Cada municipi podia sol·licitar entre un i quatre Parcs Urbans de Salut en funció del nombre d'habitants i dels nuclis separats de població.

Amb la cessió als municipis d'aquests equipaments, Dipsalut busca combatre un dels principals problemes de les societats desenvolupades: l'obesitat i les afeccions que se'n deriven. La intenció és fer que l'activitat i l'exercici físic siguin del tot accessibles per a tothom, independentment de l'edat, de la condició socioeconòmica (un dels principals determinants de l'estat de salut), del municipi on es resideix o de les limitacions d'horaris. Per això, els Parcs s'implanten a l'aire lliure i sense restriccions horàries.

Amb aquest mateix objectiu també s'estan implantant les Xarxes d'Itineraris Saludables. En total, Dipsalut en cedeix 105 al mateix nombre de municipis de la demarcació. Fornells de la Selva en tindrà una, d'aproximadament deu quilòmetres, que a hores d'ara s'està implantant.

Els Parcs Urbans de Salut són un conjunt d'aparells per a fer exercici físic dissenyats per una

comissió d'experts multidisciplinària. Cada element permet desenvolupar capacitats físiques determinades com la flexibilitat, la força, l'equilibri o la resistència. El parc garanteix un treball homogeni de tot el cos i la idoneïtat de cadascun dels exercicis. Aquests equipaments s'instal·len a l'aire lliure, en punts estratègics de municipis grans i petits.

Els Itineraris Saludables són recorreguts que transcorren tant per dins la població com pels afores. En tots els casos passen pel nucli urbà, de manera que no requereixen desplaçar-se en vehicle per utilitzar-los. Estan connectats entre ells formant Xarxes d'Itineraris Saludables. Totes les xarxes comparteixen un mateix tipus de senyalització. El seu disseny també ha anat a càrrec d'una comissió d'experts. Les Xarxes d'Itineraris Saludables s'implanten en camins ja existents i d'ús habitual. Estan pensades per a fer-hi activitat física moderada com caminar. Les pot usar tota la població ja que hi ha itineraris de més o menys quilòmetres i dificultat.

Per fomentar l'ús dels Parcs i les Xarxes i ensenyar a fer-los servir correctament, periòdicament es fan sessions de dinamització a cada equipament. Estan conduïdes per professionals especialment formats en aquesta tasca. També s'està treballant amb el Departament de Salut per donar a conèixer aquests equipaments al personal sanitari per tal que puguin recomanar el seu ús.

Els ajuntaments que acolliran els Parcs i les Xarxes van haver de presentar un estudi previ a Dipsalut on es recollia informació com ara els punts del municipi considerats idonis per a instal·lar-los. També van signar un conveni a tres anys segons el qual Dipsalut es compromet a instal·lar i cedir gratuïtament als municipis tant els Parcs com les Xarxes d'Itineraris i a assumir 40 sessions d'activitat física en grup. L'Organisme de Salut Pública de la Diputació de Girona també es responsabilitza de les inspeccions i el manteniment bàsic d'aquests nous equipaments (els aparells tenen 15 anys de garantia). Per la seva part, el conveni compromet els ajuntaments a adequar els espais triats per ubicar-hi els Parcs Urbans de Salut i les Xarxes d'Itineraris Saludables, a assegurar aquests equipaments i a aportar 600 euros anuals per pagar una part de les despeses de manteniment, i dinamitzacions.

Per aquesta iniciativa, Dipsalut ha comptat amb la col·laboració de la Secretaria General de l'Esport i el Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, el Consorci Vies Verdes de Girona, la Càtedra de Promoció de la Salut, la Universitat de Girona, el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya i professionals externs de l'àmbit de la salut i l'esport.

M'agrada

Sigues el primer dels teus amics a qui li agrada.

Url Curta: <http://is.gd/3uwkXO>

FEU EL VOSTRE COMENTARI

Aquest comentari quedarà pendent d'aprovació per part de l'administrador del web. Si voleu que el vostre comentari es publiqui de forma instantània i sense passar control previ, heu d'estar registrats. Podeu registrar-vos fent clic aquí

Nom Títol Comentari