



Diputació de Girona
221 municipis

AMB UNA SESSIÓ DIRIGIDA D'EXERCICI

Dipsalut i l'Ajuntament de Portbou inauguren el Parc Urbà de Salut del municipi



Sessió de dinamització del Parc Urbà de Salut de Portbou

25/02/2011. Aquest passat dijous 24 de febrer, l'alcalde de Portbou, Antoni Vega, i el president de Dipsalut, Josep Marigó, han inaugurat el Parc Urbà de Salut que s'ha implantat al municipi, concretament, als Jardins del Centre Cívic i Social, al carrer Méndez Núñez. L'acte ha comptat amb una sessió dirigida d'exercici en grup en la què una dinamitzadora ha mostrat com utilitzar idòniament cadascun dels aparells.

Dipsalut cedeix un total de 181 Parcs Urbans de Salut que s'estan implantant en 105 municipis de la demarcació. Cada municipi podia sol·licitar entre un i quatre Parcs en funció del nombre d'habitants i dels nuclis separats de població. Les feines de muntatge dels Parcs van començar el passat 8 de novembre i es preveu que acabin a mitjan 2011.

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.

Per fomentar-ne l'ús, 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 fer activitat física aprofitant-los.

Amb la cessió als municipis de Parcs Urbans de Salut, 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.

Els ajuntaments que acolliran els Parcs 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 els Parcs 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, a assegurar aquests equipaments i a aportar 600 euros anuals per pagar una part de les despeses de manteniment.

Durant el mes de febrer s'ha celebrat la primera sessió de dinamització en cinc Parcs Urbans de Salut. El dia 5 de febrer es va inaugurar el Parc de Vilamalla, situat a l'Avinguda Empordà. El dia 13 va obrir-se el Parc de Riudarenes, situat al costat del centre cívic de la urbanització Can Fornaca. Aiguaviva va estrenar Parc de Salut, al sector industrial Casa Nova, el 18 de febrer. Finalment, el passat 22 de febrer es van inaugurar els Parcs de Pont de Molins (C/ del Pont) i de Biure (davant del pavelló polivalent Les Guixeres).

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.

Més informació:

> Dipsalut