

Noves jornades per promoure l'hàbit de fer exercici a Platja d'Aro.

Baix Empordà | 27-03-2014 | 17:33



La regidoria d'Esports de l'Ajuntament de Castell d'Aro i Dipsalut amb la col·laboració de la Generalitat de Catalunya i el suport del Consell Comarcal del Baix Empordà, desenvolupa aquesta primavera la promoció dels Parcs Urbans de Salut i de la Xarxa d'Itineraris Saludables del municipi com a font de salut a partir de l'hàbit de fer exercici físic regular i de caminar. Són deu sessions de dinamització dels parcs i una a l'entorn dels itineraris, obertes a tothom, gratuïtes i conduïdes per una fisioterapeuta especialitzada.

El calendari d'activitats al Parc dels Estanys de Platja d'Aro és: dilluns 31 de març (16 h), dimecres 2 i 16 d'abril, i 14 i 28 de maig (16.15 h). Al Parc de Can Nitús de Castell d'Aro les sessions són els dimecres 9 i 23 d'abril, 7, 21 de maig, i dilluns 26 de maig (15 h). També hi ha una diada per potenciar els Itineraris el dilluns 28 d'abril (16 h) des dels Parcs de Salut de Castell d'Aro. Simultàniament, es continua treballant amb el Departament de Salut per donar a conèixer els parcs i els itineraris al personal sanitari dels centres d'atenció primària perquè puguin recomanar i receptar la pràctica periòdica d'exercici i activitat física aprofitant les possibilitats d'aquests equipaments.

Inaugurats l'any 2010, les instal·lacions al municipi van ser les primeres de les comarques de Girona, a on s'han anat estenent progressivament. Els Parcs Urbans de Salut són un conjunt d'aparells per fer exercici físic dissenyats per una comissió d'experts multidisciplinària. 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 i estan connectats entre ells formant xarxa.

La instal·lació al municipi la configuren tres parcs situats un al Parc dels Estanys de Platja d'Aro amb 12 aparells; i dos de 8 aparells cadascun, un al Parc Pau Casals de Castell d'Aro i l'altre a la Plaça Sant Ramon de S'Agaró. Hi ha tres itineraris de 2?6 km, 4?4 km i 7?6 km: un transcorre pel centre de Platja d'Aro, l'altre enllaça aquesta vila amb Castell d'Aro, i el darrer amb S'Agaró. Tots tres degudament senyalitzats, connectats entre ells i en el seu recorregut inclouen el pas pels Parcs Urbans de Salut.

Més enllà de la instal·lació de Castell-Platja d'Aro, Dipsalut cedeix als municipis 181 Parcs Urbans de Salut, i les Xarxes d'Itineraris s'han implantat a 105 municipis de la demarcació de Girona. La ubicació i itineraris d'uns i altres ha estat decidida de forma consensuada entre Dipsalut i els ajuntaments. L'organisme de salut pública de la Diputació de Girona també és responsabilitza de les inspeccions i el manteniment bàsic d'aquests nous equipaments (els aparells tenen 15 anys de garantia). Per la seva part, els ajuntaments asseguren aquests equipaments i fan un aportació econòmic anual, assumint així una part de les despeses de manteniment i de dinamització.