

jueves 2 de mayo de 2024

Municipios de la Cuenca Minera acogen la primera fase del programa deportivo 'Bienestar y Salud' de Diputación

El diputado de Deportes, Juan Daniel Romero, anima a la ciudadanía “a participar en esta actividad deportiva que proporciona salud y bienestar a través del ejercicio físico y de fuerza”



Descargar imagen

El diputado de Deportes, Juan Daniel Romero, durante la rueda de prensa

El diputado de Deportes, Juan Daniel Romero, ha presentado esta mañana el programa 'Bienestar y Salud', “uno de los programas deportivos que más ilusión le hace al nuevo equipo de gobierno de la Diputación, el cual persigue fundamentalmente llevar el deporte, el trabajo de fuerza y el trabajo físico a una población mayor, principalmente, en aquellos municipios que no cuentan con los recursos logísticos para desarrollar estas actividades deportivas”, como ha indicado el diputado.

Para poner en marcha este proyecto, Romero ha señalado que “la institución

provincial adquirió hace unos meses un remolque que, una vez abierto, se convierte en un completo gimnasio móvil que podemos transportar a cualquier rincón de nuestra provincia”.

Como ha explicado el diputado provincial, “esta primera fase del programa, que abarca del 6 al 31 de mayo, se va a desarrollar en Nerva -Avda. de Andalucía-, Campofrío -Parque municipal 'Las Cañadas'-, Berrocal -CEIP La Picota- y La Granada de Riotinto -Parque municipal 'La Vaquera'-, utilizándose espacios públicos como plazas, parques, etc., para que todo el mundo tenga acceso a las instalaciones y puedan desarrollar esta actividad de salud y bienestar en el epicentro de cada municipio de nuestra provincia”.

Romero ha hecho hincapié en que, “desde el Área de Deportes de la Diputación de Huelva, creemos fundamental que el trabajo físico, de fuerza, crea un bienestar que otro tipo de actividades no nos da y, por ello, hemos hecho este esfuerzo con la adquisición de este material y la puesta en marcha de este programa para llevar a cada rincón de la provincia a aquellos municipios más pequeños el deporte, proporcionando una mayor salud y bienestar a todos aquellos ciudadanos que no tienen acceso a esta actividad deportiva”.

En cuanto a las fechas en que se va a desarrollar el programa, el diputado de Deportes ha afirmado que, tras esta primera fase durante estas próximas semanas en la Cuenca Minera, “lo trasladaremos a las diferentes zonas y comarcas de la provincia, antes del verano, parando durante la época estival, y retomando el programa en otoño”.

Gimnasio móvil

El gimnasio cuenta, entre otros elementos, con un kit de entrenamiento de suspensión y anclajes, banco multifunción, juego de escalera de agilidad hexagonal, bicicleta estática, cuerda de tracción y entrenamiento, así como sacos de arena, barras y discos bumper.

Entre los principales objetivos de esta actividad están el fomentar, estimular y mantener las capacidades sensoriomotoras, psicológicas, cognitivas y psicosociales, necesarias para lograr un grado alto de independencia, así como estimular y mantener las capacidades cognitivas que se ven afectadas por el envejecimiento, como la memoria, atención, percepción, el pensamiento lógico y abstracto y la orientación temporal, potenciar la autoestima e incentivar las relaciones sociales.