

Santa Perpètua de Mogoda es mou contra el sedentarisme

El municipi inaugura una ruta saludable en col·laboració amb la Secretaria General de l'Esport i la Fundació Agrupació

Una cinquantena de persones van inaugurar fa uns dies l'itinerari saludable de Santa Perpètua de Mogoda, un circuit que proposa caminar tres quilòmetres pel municipi cinc dies a la setmana amb l'objectiu de combatre el sedentarisme i promoure l'activitat física, especialment entre la gent gran. La iniciativa és fruit d'un conveni entre l'Ajuntament de la població, la Secretaria General de l'Esport i la Fundació Agrupació.

L'alcaldesa de Santa Perpètua, Isabel Garcia; els regidors d'Esports i Gent Gran, Julio Pérez i Neus Garcia, respectivament; el representant territorial de l'Esport a Barcelona, Santi Siquier, i la directora de la Fundació Agrupació, Imma Playà, van participar en la presentació d'aquest recorregut.

L'itinerari s'inicia al passeig de la Florida amb el carrer de Pablo Picasso, on s'ha instal·lat un plafó que assenyalava el circuit en un plànol i s'indiquen recomanacions per realitzar la caminada. La ruta consta de tres quilòmetres i té una



durada aproximada de 30 minuts. El circuit proposa caminar fins a la plaça Central i tornar fins al parc Central, passant pel camí de la Granja, fent la volta a la bassa i finalitzant a la

cantonada del passeig de la Florida amb l'avinguda de l'Onze de Setembre.

El representant territorial de l'Esport a Barcelona va explicar que la ruta contribueix a "viure millor, ten

nir un estat de salut més positiu i uns hàbits més saludables", i va destacar que és important que "anem canviant els hàbits".

Per la seva banda, Julio Pérez va explicar que el cir

cuit assenyalat correspon aproximadament a l'itinerari que molts perpetuencs anomenen "ruta del colesterol", i va afegir que l'objectiu és "potenciar que la gent gran, especialment,

surti a fer esport i es marqui com a obligació fer una caminada de mitja horeta, cinc dies a la setmana, com recomanen els metges". Durant la ruta inaugural, Pérez va voler agrair la participació de les persones "que han vingut a acompanyar-nos i que ma-

El circuit de 3 km ajuda a promoure l'activitat física, especialment entre la gent gran

joritàriament són usuàries del pavelló i de les passejades del cicle 'A cent cap als cent'".

Finalment, la directora de la Fundació Agrupació va detallar: "Ens dediquem als temes de prevenció, fomentem la salut, i per això uns dels puntals bàsics és la promoció de l'activitat física." L'entitat ha finançat el plafó de l'inici, on hi ha tot el mapa del recorregut, les recomanacions per fer la caminada i la senyalització.