

Moció que presenta el grup municipal de Ciudadanos de Santa Eulàlia, per a promocionar l'Esport i apropar l'esport als Barris

Dña. Susana Barroso Valverde Portavoz del Grupo Municipal Ciudadanos Sta. Eulàlia de Ronçana, conforme al artículo 30 del Reglamento Orgánico Municipal, presenta para su debate y votación la siguiente MOCIÓN para el pleno del 30/01/2020:

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS:

El Art. 43.3 de la Constitución Española de 1978 incluye el deporte como un derecho y la obligación de su fomento por parte de la administración pública, por lo que insistimos en la necesidad de concienciar al Ayuntamiento de lo importante que es acercar el deporte a la ciudadanía, cada día más necesitada del mismo, considerándolo como un "derecho" del ciudadano.

El empeoramiento de los hábitos de vida propio de las sociedades occidentales, la evolución de los sistemas de transporte y la tecnología laboral, los nuevos modos de ocio... todo colabora para que niños y mayores, asuman como válidos comportamientos claramente sedentarios y, por tanto, perjudiciales para la salud.

La **falta de ejercicio**, y el aumento de la obesidad, que ha llegado a alcanzar valores pandémicos en nuestra sociedad, son dos factores de riesgo significativos en el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, entre otras.

Hoy nadie medianamente informado cuestiona la directa vinculación entre el deporte y la salud, por lo que desde Cs Santa Eulàlia de Ronçana, queremos impulsar un Plan de Actividades Físicas, durante esta legislatura, que implique al mayor número de habitantes de todas las edades. Para ello, proponemos las siguientes líneas de trabajo:

1. Los niños de hoy en día tienen peores hábitos de alimentación, **ejercicio físico** y ocio. Educar a los más pequeños en la necesidad de tener una vida activa, con ejercicio moderado y actividades al aire libre es el único método para ayudarles a convertirse en adultos sanos, podemos afirmar incluso que los niños que practican deporte tienen un mejor rendimiento escolar y un porcentaje altísimo mejora su comportamiento en el aula y en casa.

El entorno familiar es fundamental para que los niños sean activos físicamente, **por lo que nos gustaría proponer una serie de actividades extraescolares enfocadas hacia los más pequeños, mientras los padres simultáneamente en el mismo recinto puedan practicar otro tipo de deporte: yoga, pilates ...**

No hay mejor manera de combatir el sedentarismo infantil que promover el deporte, y si es en familia, mejor i se creará un hábito de por vida, ya que los "hijos son el reflejo de sus padres".

2. **Como actividades extraescolares nos gustaría promover la recuperación de juegos infantiles tradicionales**, con el juego se corre, se salta, se baila....y todo mientras lo pasan en grandeii

La principal característica que define al juego es la diversión. El simple acto de jugar, no sólo divierte a los niños, sino que además mientras juegan están aprendiendo y desarrollando un sinfín de habilidades, más fuerza muscular y coordinación.

3. El deporte es considerado una escuela de valores, que contribuye al desarrollo de la autoestima, de la tolerancia, de la capacidad de superación, del respeto, de la solidaridad, del trabajo en equipo y de la integración, por lo que nos gustaría impulsar entre los jóvenes la práctica del Boxeo o Karate o cualquier otro tipo de defensa personal, deportes muy atractivos entre la gente joven.

En la actualidad, **la percepción del boxeo o las artes marciales como deportes agresivos y/o violentos, es un concepto que está cambiando** gracias a los beneficios que tienen para nuestro organismo.

Estas prácticas **ayudan a eliminar el estrés y la tensión acumulada, algo muy habitual entre los jóvenes, que aún tienen ciertas limitaciones para poder gestionar sus emociones.** Gracias a su alto componente aeróbico, este tipo de entrenamientos ayuda a **liberar endorfinas**, o lo que es lo mismo, la hormona de la felicidad.

4. También **nos gustaría proponer a las entidades deportivas del pueblo, por ejemplo al gimnasio, la creación de un grupo de "running"**, patrocinado por el ayuntamiento.

Además, tenemos la suerte de disponer de un marco inmejorable para el desarrollo de actividades al aire libre, disfrutando de las innumerables ventajas que conlleva estar en contacto con la naturaleza, el aire, el sol... Está demostrado que entrenar aproximadamente 30 minutos al día al aire libre, con la ayuda del sol y el contacto con la naturaleza, aumenta los niveles de energía, reduce los niveles de ansiedad y estrés, siendo un tratamiento muy efectivo para combatir enfermedades relacionadas con el estado anímico.

El deporte está reconocido por todas las instituciones internacionales como un elemento clave en el perfeccionamiento de la sociedad. Parece ser que las sociedades que más universalmente tienen extendida la práctica deportiva entre su población, son sociedades más evolucionadas, más modernas, mejores en definitiva. Esta imagen puede unir el nombre del Santa Eulàlia de Ronçana, con el de "deporte", y la imagen deporte lleva aparejado el "label" de la modernidad, de los vanguardismos, y de todas aquellas virtudes que de forma tan clásica, hemos atribuido al deporte.

El ayuntamiento debería convencerse que nuestras propuestas y la contratación de profesionales cualificados para desarrollar este Plan, lejos de ser un nuevo gasto añadido a las arcas municipales, es una inversión, una inversión en la salud de todos los ciudadanos de nuestro pueblo, una forma de que una pequeña parte de los impuestos que pagamos para el sostenimiento de nuestro pueblo, vuelva a TODOSii los ciudadanos

Por todo lo expuesto el Grupo Municipal de Ciudadanos Sta. Eulàlia de Ronçana, propone al pleno la adopción de los siguientes **ACUERDOS:**

PRIMERO.- Impulsar la limpieza y mantenimiento exhaustivos de los márgenes y caminos que rodean el río Tenes, con la adecuación de las vías para que puedan circular bicicletas y personas a pie (algo que hoy en día es prácticamente imposible dada la estrechez del camino en algunas zonas, pero que además en primavera se acentúa todavía más)

SEGUNDO.- La instalación de algún banco en puntos puntuales para que las personas mayores puedan descansar en sus paseos y, además puedan contemplar el paisaje.

TERCERO.- La Instalación de papeleras para que las personas que pasean con sus perros puedan mantener libre de heces el camino

CUARTO.- Fomentar desde el Casal per a la Gent Gran la organización de paseos/excursiones semanales en grupo con monit@r. Caminar/Pasear está comprobado que es uno de los deportes que más beneficiosos que existen, no

necesita más que un calzado y ropa cómoda y que además puede realizar prácticamente todo el mundo.

QUINTO.- Incluir para los más pequeños, dentro de las actividades extraescolares, por ejemplo en primavera o/y otoño, las excursiones por el río, para observar el entorno etc...

SEXTO.- Iluminar la zona con farolas solares, para que se pueda utilizar también durante los meses de invierno.

SEPTIMO.- Hablar con los pueblos vecinos (Lliçà d' Amunt y Bigues) y la mancomunidad para intentar que estas prácticas se hagan extensivas a las zonas por la que el Tenes circula por sus pueblos, de esta forma tendremos vías largas muy aconsejables para la práctica de deportes relacionados con la bicicleta.

OCTAVO.- Crear actividades que se puedan desarrollar al aire libre, haciendo que no sea siempre necesario el desplazamiento hasta la fábrica para practicar cualquier actividad, y que la falta de movilidad no sea una excusa para practicar deporte. Queremos "llevar el deporte a los barrios de Santa Eulàlia"

NOVENO.- Estudiar la posible contratación de un monitor y un auxiliar para poder llevar a cabo las actividades propuestas bajo la supervisión de personal cualificado, para así permitir que durante la mañana se pudieran desarrollar las actividades enfocadas a los barrios, por ejemplo caminatas por el Tenes con los más mayores, y por la tarde, que estos profesionales pudieran realizar extraescolares en los colegios para niños y padres, y las actividades propuestas para los más jóvenes