Comunidad de Madrid

Medios de Comunicación

El vicepresidente acude a una sesión en el Parque de El Retiro y anima a los participantes a seguir participando en posteriores convocatorias

Aguado visita el Programa Enforma: “Una sociedad activa es una sociedad que retrasa su envejecimiento”

- Los puntos activos del programa recuperan desde hoy su ubicación original en parques y zonas verdes
- Esta iniciativa fomenta la práctica de actividad física al aire libre entre la población adulta en 90 municipios y 15 distritos de la capital

1 de marzo de 2021.- El vicepresidente, consejero de Deportes, Transparencia y portavoz de la Comunidad de Madrid, Ignacio Aguado, ha visitado hoy uno de los puntos activos del Programa Enforma, que se ha celebrado en el Parque de El Retiro de Madrid. Después de que los parques de la capital hayan reabierto al público tras los efectos ocasionados por la borrasca Filomena, las sesiones de este programa han retornado a su ubicación habitual.

Aguado ha podido comprobar cómo funciona este programa, presente en más de 90 municipios de la región y 15 distritos de la capital. “El objetivo es que la gente se mueva, esté activa y haga ejercicio, porque una sociedad activa es una sociedad que retrasa su envejecimiento”, ha manifestado.

Asimismo, el vicepresidente madrileño ha mostrado su “orgullo y admiración por estos hombres y mujeres que se suman a estas actividades”. En este sentido, les ha animado a que sigan acudiendo a las citas del Programa Enforma en sus diferentes puntos de encuentro.

El pasado mes de febrero, a raíz del cierre de parques y zonas verdes decretado por el Ayuntamiento de Madrid tras el paso de Filomena, la Comunidad de Madrid decidió reubicar la actividad física en otras ubicaciones estratégicas de la ciudad para seguir desarrollando su calendario con normalidad en condiciones de seguridad.

Los puntos activos vuelven desde este mes de marzo a su ubicación original tras la reapertura progresiva de parques y zonas verdes: Parque Emperariz María de Austria, Templo de Debod, Plaza Cabo Noval, Parque Villarosa, Parque Berlín, Parque Santander, Parque Pavones Norte, además del citado Parque de El Retiro.

Precisamente, el vicepresidente regional ha mostrado el compromiso del Ejecutivo regional con el deporte “y por llegar a todos los rincones de la Comunidad de la mano del ejercicio físico”.

PROGRAMA ENFORMA

El programa de envejecimiento activo Enforma tiene como objetivo mejorar la actividad física de la población adulta con sesiones de entrenamiento gratuitas dirigidas por monitores titulados.

Actualmente unas 1.250 personas a la semana disfrutan de estos entrenamientos que se llevan a cabo en 15 puntos activos, situados en diferentes parques y zonas verdes de 13 distritos de Madrid. En total se desarrollan 56 sesiones a la semana con una ratio de veinte alumnos por cada monitor.

Las sesiones se llevan a cabo cumpliendo todas las garantías y medidas de seguridad pertinentes frente al coronavirus, resultando obligatorio el uso de mascarilla, el respeto a la distancia de seguridad, además de establecerse un aforo más reducido.

Como novedad, en la última edición del Programa Enforma se ha impulsado un nuevo punto activo dedicado exclusivamente a la promoción del deporte entre los más jóvenes. En concreto, se fomenta la actividad física entre niños a través de juegos, ofreciendo una alternativa saludable al aire libre a un segmento de población que cada vez cuenta con hábitos de vida más sedentarios.