

DOMINGO 19 DE JULIO

Salidas Saludables

NUEVA ETAPA



Pasaron más de 120 días de aislamiento y los platenses hicimos un gran esfuerzo hasta acá. Gracias a eso, hoy somos la Ciudad del AMBA con menor tasa de contagios cada 100 mil habitantes.

Ahora es tiempo de llevar a la práctica todo lo que hemos aprendido durante este tiempo. Por eso, acompañamos la medida del Gobernador Kicillof de habilitar las salidas para los más chicos y diseñamos un Plan de Aperturas Saludables en espacios públicos.

Ejes de la propuesta

1

Cuidado integral de la salud

Atendiendo a los efectos emocionales que genera la extensa cuarentena en los más chicos y los adultos mayores, decidimos ponerlos a ellos como prioridades en nuestro Plan de Apertura.

Promover el bienestar físico y emocional

2

Fomentar la responsabilidad individual

El Plan requiere, al igual que cada una de las etapas de la cuarentena, de la responsabilidad individual de cada platense. Durante estos cuatro meses aprendimos a convivir con el virus y adoptamos nuevos hábitos que nos van a permitir seguir avanzando hacia las distintas etapas de apertura.

Nos cuidamos entre todos



Ayer el Intendente anunció el inicio de una nueva etapa de la cuarentena.

Mirá el anuncio completo acá

3 etapas



Buscamos un **gradualismo que nos permita encontrar un equilibrio** entre la evolución sanitaria de la pandemia y las actividades saludables.

Solo la Etapa 1 será de aplicación automática a partir del 18 de julio.

Para el resto de las aperturas, se analizará la evolución epidemiológica de la Ciudad.

1

Salidas saludables para niños y niñas

Desde el 18 de julio en adelante. **Martes, jueves, sábados y domingos.** Hasta 2hs por día.

Niños y niñas hasta 12 años de edad, acompañados por 1 adulto.

¿Por qué?

- ✓ A diferencia de los adultos, los chicos no han salido desde que se anunció la cuarentena.
- ✓ Estudios demuestran que **son los más afectados por el aislamiento:** cambios de ánimo, ansiedad y trastornos en la conducta, como cambios en el sueño y pesadillas.
- ✓ Se encuentran perjudicados por esta situación y han tenido que modificar sus hábitos.

En estudio: sujeto a evaluación de la Etapa 1

2

Salidas saludables para adultos mayores

De lunes a viernes. Horario recomendado: 11 a 13hs (horas de mayor temperatura).

Adultos mayores de 65 años.

¿Por qué?

- ✓ En la mayoría de los casos **pasan el tiempo solos.** No todos tienen las mismas facilidades ni manejan la tecnología para estar en contacto con sus afectos.
- ✓ Necesitan estar activos, moverse, interactuar con otros para su bienestar físico y mental. **En el cuerpo de un adulto la movilidad que se pierde es más difícil de recuperar que en un cuerpo joven.**
- ✓ La pandemia ha generado miedo en la sociedad, y eso ha llegado a impedir que algunos adultos vayan a hacerse sus controles médicos.

3

Salidas saludables para todos los vecinos

Dependiendo de los resultados de las etapas 1 y 2, y apelando siempre a la responsabilidad individual, se habilitarán las salidas saludables y actividades físicas para todos los vecinos.

Todos los días, de 18 a 10 hs. Según la terminación de DNI:

- ✓ Terminación en número par, días pares.
- ✓ Terminación en número impar, días impares.

Todos los habitantes, sin distinción de edad.

Entre las actividades evaluadas para esta etapa se encuentran: salir a correr, caminar, andar en bicicleta y rollers.

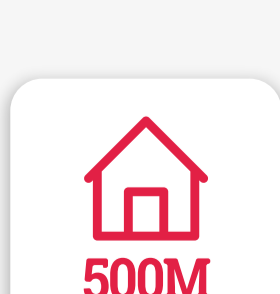
Modalidad general de aplicación



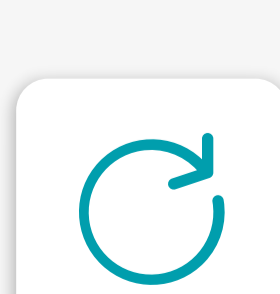
Distanciamiento social y uso de tapabocas obligatorio para mayores de 6 años



Circulación sólo por el perímetro de los espacios públicos



Hasta 500 metros del domicilio de residencia



Circulación en espacios públicos siempre en el sentido de las agujas del reloj