



**Concejo Deliberante
de la Ciudad de Ushuaia**

BLOQUE MOVIMIENTO POPULAR FUEGUINO
CONCEJAL DAMIAN ALEJANDRO DE MARCO

CONCEJO DELIBERANTE USHUAIA MESA DE ENTRADA LEGISLATIVA ASUNTOS INGRESADOS	
Fecha:	22/06/12 Hs. 9:50
Numero:	637 Fojas: 5
Expte. N°	
Girado:	225/97
Recibido:	<i>[Signature]</i>

NOTA N° 118/2012
LETRA: BMPF - DAD

Ushuaia, 22 de Junio de 2012.-

**Señor Secretario
Concejo Deliberante
de la Ciudad de Ushuaia
Dn. Alberto ARAUZ.
S. _____ / _____ D.**

De mi mayor consideración:

Por medio de la presente me dirijo a Usted, a efectos de remitirle el siguiente proyecto de RESOLUCION, para que el mismo sea incorporado al Boletín de Asuntos Entrados para ser tratados en la próxima Sesión Ordinaria prevista para el día 27 de Junio de 2012 en virtud de los siguientes fundamentos.

El espacio recreativo y costanero del comúnmente denominado Paseo de las Rosas, se continúa consolidando como un lugar para el sano esparcimiento y disfrute de la comunidad ushuaiense, diferentes ideas orientadas a fines deportivos, recreativos y culturales lo han convertido en un sector elegido por una importante cantidad de vecinos que usufructúan sus servicios.

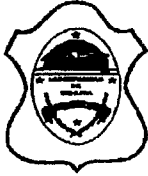
En esta oportunidad, consideramos apropiado sugerirle al Poder Ejecutivo Municipal, para que sume e instale, (Temporada 2012/2013), en el nuevo sector dedicado a elementos de estiramiento y ejercicios físicos (casi intersección de calles Prefectura Naval Ushuaia y Guaraní), una nueva serie de juegos nuevos recomendados específicamente para el bienestar y la salud de las personas de la 2da. Y 3era. Edad.

Estimo muy importante integrar a las personas mayores, valorizando el espacio público existente, los juegos son accesibles y pueden utilizarse como un recurso de programas de salud y rehabilitación.

Anexo al proyecto sumaremos un catalogo de este tipo de juegos donde los mayores pueden realizar ejercicios apropiados a su edad.

Por lo expresado solicito el acompañamiento de mis pares en la aprobación de la siguiente Resolución.

[Signature]
DAMIAN DE MARCO
Concejal M.P.F.
Concejo Deliberante Ushuaia



**Concejo Deliberante
de la Ciudad de Ushuaia**

BLOQUE MOVIMIENTO POPULAR FUEGUINO
CONCEJAL DAMIAN ALEJANDRO DE MARCO

**EL CONCEJO DELIBERANTE DE LA CIUDAD DE USHUAIA
RESUELVE**


ARTICULO 1º.- SOLICITAR, al Poder Ejecutivo Municipal para que la próxima temporada 2012/2013 instale en el sector que actualmente se encuentran colocados algunos elementos para ejercicios físicos y de estiramiento del Paseo de las Rosas, intersección de la avenida Prefectura Naval Ushuaia con ARA Guaraní, juegos accesibles para el bienestar y la salud de las personas adultas mayores de nuestra ciudad.

ARTICULO 2º.- Los nuevos juegos diseñados son accesibles, y pueden ser utilizados como un importante recurso en programas de salud y de rehabilitación.

ARTICULO 3º.- De esta manera se propone integrar a las personas mayores, valorizando el espacio público y promoviendo la integración entre vecinos de diferentes edades al congregarlos en un espacio donde pueden realizar ejercicios apropiados a su edad.

ARTICULO 4º.- Como muestra de los juegos sugeridos se agrega el Anexo I, a la presente Resolución.

ARTICULO 5º.- De forma.



DAMIAN DE MARCO
Concejal M.P.F.
Concejo Deliberante Ushuaia

RESPECTO DE LA PLAZA DE LOS GRANDES ®

Promueve la integración entre diferentes edades al congregarlos en un mismo entorno con un mismo objetivo.

Los juegos son accesibles jóvenes, adultos y ancianos

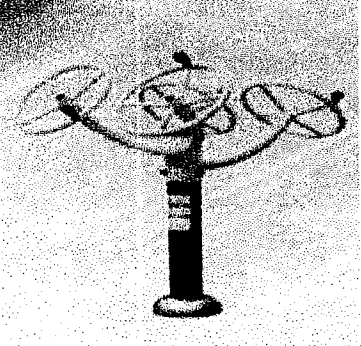

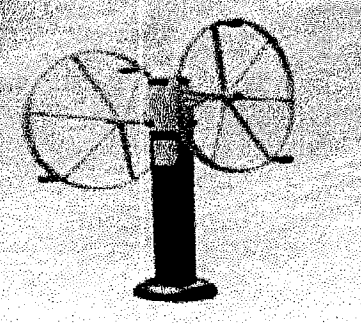
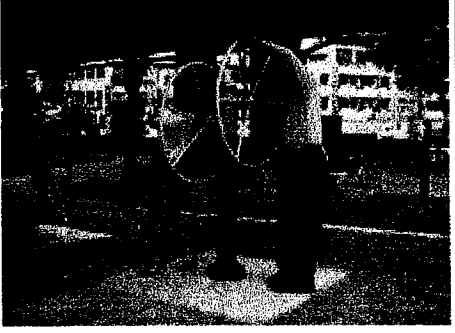
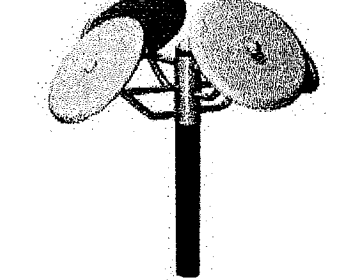
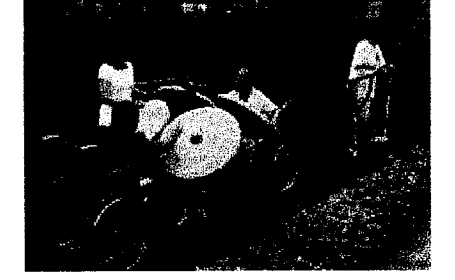
Valoriza la gestión institucional que instala una Plaza para grandes ®

Puede utilizarse como recurso en programas de salud y de rehabilitación

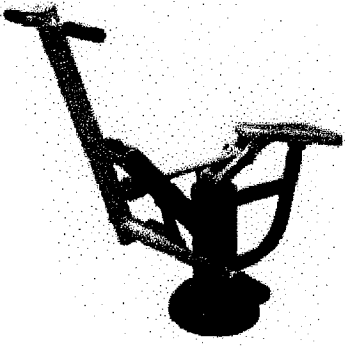

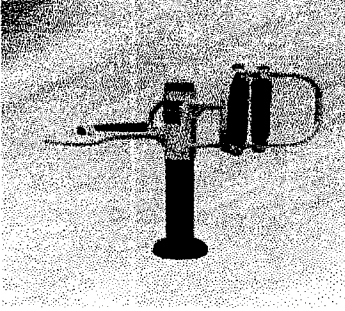
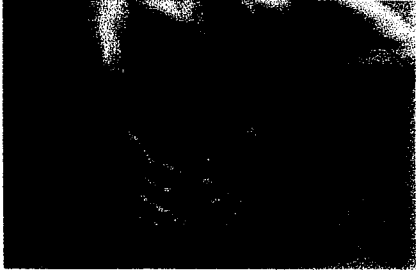
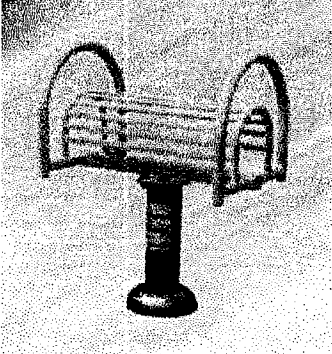

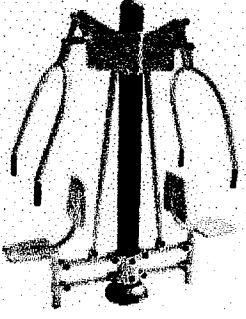
Las personas mayores encuentran pueden realizar ejercicios apropiados a su edad

Detalle de los productos y sus beneficios para las personas

La construcción de los elementos gimnásticos es de gran robustez, y se acompañan de carteles con ideogramas especiales, donde se dan los consejos de utilización y las áreas del cuerpo que favorecen.

<u>MODELO</u>	<u>BENEFICIO</u>	<u>UTILIZACION</u>
	Juegos de Volantes Recuperación de las extremidades superiores. Desarrollo de hombros, brazos, muñecas y dedos. Sencillo ejercicio valido para enfermedades reumatoideas, circulatorias, etc	
	Juegos de Volantes grandes Aumento de la musculatura en hombros, aumento de la flexibilidad de la articulación. Valido para descontracturar la espalda, ejercitar las articulaciones.	
	Platos giratorios texturados Interesante recurso para motivar el ejercicio suevede las articulaciones, con reconocimiento de texturas y masaje en las	

	manos.	
	<p>Fortalecedor de brazos</p> <p>Refuerzo de la actividad cardiaca y respiratoria, ayudando al desarrollo de la musculatura intercostal, cadera, abdomen y espalda. Mejora la coordinación y el equilibrio.</p>	
	<p>Fortalecedor de piernas y cintura</p> <p>Refuerzo de la actividad cardiaca y respiratoria, ayudando al desarrollo de la musculatura intercostal, cadera, abdomen y espalda, mejorando la coordinación y el equilibrio, etc.</p>	
	<p>Relajadores de cintura</p> <p>Trabajo de espalda, cadera, rodilla, tobillo y pies. Muy adecuado para mantener en forma la región lumbar, espalda y hombros. Las plataformas son giratorias.</p>	
	<p>Fortalecedor de piernas</p> <p>Mejora en los músculos extensores desarrollando la flexibilidad y agilidad articular. Este ejercicio es provechoso para fortalecer las extremidades inferiores. Puede realizarse en forma suave y gradual.</p>	

	<p>Cabalgata Aerobica</p> <p>Refuerzo de la actividad cardiaca y respiratoria, ayudando al desarrollo de la musculatura intercostal, cadera, abdomen y espalda. Muy bueno para la recuperación articular en muñeca, codo y rodilla.</p>	
	<p>Masajeador lumbar</p> <p>Especialmente indicado para descontracturar las caderas, extremidades inferiores, espalda, región lumbar . Muy seguro de utilizar.</p>	
	<p>Descontracturador de columna</p> <p>Aparato de ejercicios adecuado para relajar y tonificar la musculatura lumbar y dorsal.</p>	
	<p>Silla ejercitadora de espaldas</p> <p>Interesante maquina conocida en los gimnasios de interior , especialmente adptada para el uso al aire libre . Su beneficio es amplio e interesante.</p>	