

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:

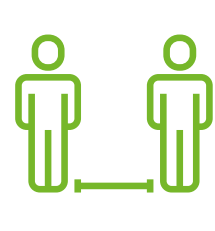
- ✓ Terminación en número par, días pares.
- ✓ Terminación en número impar, días impares.



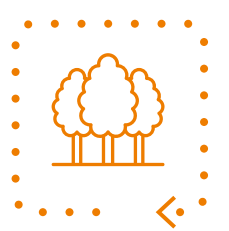
Todos los habitantes, sin distinción de edad.

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