

La Regió Sanitària Alt Pirineu i Aran participa en la Setmana de la Mobilitat

Amb activitats que fomenten hàbits de mobilitat sostenibles, segurs i saludables



Participants a la caminada organitzada ahir a Tremp | Regió Sanitària Alt Pirineu i Aran

Les àrees bàsiques de salut (ABS) de la Regió Sanitària Alt Pirineu i Aran celebren la Setmana Europea de la Mobilitat, que té lloc del 16 al 22 de setembre, amb un seguit d'activitats que tenen per objectiu promoure entre la població hàbits de mobilitat més sostenibles, segurs i saludables com són els desplaçaments a peu.

A casa nostra, la primera en fer-ho ha estat l'ABS de Tremp, que aquest dimecres ha organitzat una caminada popular, amb sortida des del Centre d'Atenció Primària (CAP). Els professionals sanitaris del centre també han elaborat cartells informatius en què es donen recomanacions saludables per a les escoles. Caminar amb els fills fins a l'escola i evitar utilitzar un vehicle, compartir les tasques domèstiques, anar a comprar caminant als comerços locals, evitar hores davant de pantalles electròniques i gaudir de l'aire lliure són alguns dels consells.

L'ABS Pallars Sobirà, de la seva banda, ha programat per demà divendres a les 10h una caminada a les Vernedes. A més, col·labora amb el Consell Comarcal del Pallars Sobirà (<http://pallarssobira.cat>) regalant un *boc&roll*, una bossa reutilitzable per a l'entrepà, així com bosses de roba. Per últim, l'ABS La Pobla de Segur s'unirà, el diumenge a les 10h, a la caminada popular que organitza l'ajuntament de la localitat juntament amb altres entitats, amb sortida des



de l'Oficina de Turisme fins a Salàs de Pallars.

Setmana Europea de la Mobilitat

La Setmana Europea de la Mobilitat promou hàbits de mobilitat més sostenibles, segurs i saludables com són els desplaçaments a peu, en bicicleta, en transport públic o amb vehicle elèctric, així com visualitzar els canvis possibles en l'ús de l'espai públic, millorar la qualitat de l'aire i la reducció de la contaminació. Amb el lema *Camina amb nosaltres!*, la Setmana del 2019 anima la població a moure's de manera sostenible, saludable i segura: caminar o anar en bicicleta són activitats beneficioses no només per a la salut i per al medi ambient, sinó també per la butxaca.