

**Título: Con foco en adultos mayores, Experiencia Estadio inicia Plan Invierno con actividades en piscina temperada**

## Con foco en adultos mayores, Experiencia Estadio inicia Plan Invierno con actividades en piscina temperada

Con una jornada de hidrogimnasia y recreación en la piscina semiolímpica temperada del Estadio Codelco El Teniente, inició el Plan Invierno del programa Experiencia Estadio. Durante los próximos tres meses, la iniciativa contempla actividades recreativas y deportivas bajo techo en las distintas instalaciones del histórico recinto, promoviendo el bienestar, la vida activa y el encuentro de las comunidades.

La programación se extenderá por tres meses y tendrá a la piscina temperada como uno de sus principales atractivos, especialmente con jornadas orientadas a personas mayores. De forma paralela, se desarrollarán diversas actividades junto a organizaciones sociales, establecimientos educativos y clubes deportivos de las zonas cercanas a las operaciones de la cuprífera.

El coordinador del programa Experiencia Estadio, Rómulo García, sostuvo que “el programa ha permitido impulsar distintas iniciativas durante todo el año, acercando el deporte, la recreación y el bienestar a las comunidades. Buscamos que las personas mayores y los distintos grupos participantes continúen realizando actividad física durante el invierno, en un espacio acondicionado y especialmente preparado para esta temporada”.

Este plan se enmarca en el programa que Codelco División El Teniente instauró como piloto a fines de 2022, con foco en aportar a la calidad de vida de las personas a través del deporte, la recreación y el uso de espacios comunitarios. El año pasado, las actividades reunieron a más de 20 mil participantes en recorridos, actividades educativas y talleres deportivos.

### VIDA ACTIVA Y BIENESTAR EN ADULTOS MAYORES

En la primera jornada del Plan Invierno participaron más de 40 mujeres de Coltauco, pertenecientes al programa “Vínculos”, al plan “Más Adultos Mayores” y al Centro Diurno Comunitario de la comuna. La actividad se desarrolló en un ambiente de celebración y encuentro entre las participantes, quienes disfrutaron de actividades deportivas en la piscina temperada del recinto y de espacios de recreación en sus instalaciones techadas.

Cristóbal Miranda, coordinador del programa “Más Salud en Comunidad” del CESFAM Francisco Labrín de Coltauco, señaló que “estas instancias promueven el bienestar físico, psicológico y emocional de las personas mayores, a través de actividades que mejoran su calidad de vida. Valoramos la oportunidad que entregan de acceder a recintos de alto nivel, donde los adultos mayores pueden realizar actividad física en invierno de manera segura”.

Por su parte, María Néliida Riquelme, integrante del grupo de Deportes de Coltauco, destacó que “es muy importante que existan espacios como este para los adultos mayores, porque en el agua los ejercicios son más livianos y ayudan mucho a nuestra salud y bienestar. En este tiempo, contar con este tipo de iniciativas es muy valioso para nosotros, ya que promueven la actividad física”.

En tanto, Graciela Bustos, vecina de la comuna de Coltauco, sostuvo que “participar en estas actividades nos hace muy bien, especialmente en invierno, porque tenemos la oportunidad de realizar ejercicio en una piscina temperada, en un espacio cómodo y acogedor. Estoy muy agradecida de que existan estas instancias, porque permiten que las personas mayores compartamos”.



Junto a organizaciones de adultos mayores de Coltauco comenzaron las actividades del Plan Invierno de Experiencia Estadio, iniciativa de Codelco División El Teniente, que contempla una programación especialmente preparada para las comunidades durante la temporada invernal.