PRESUPUESTOS PARTICIPATIVOS 2026

Título del proyecto: CIRCUITO BIOSALUBLE Y ZONA DE GERONTOGIMNASIA EN EL PARQUE UBICADO JUNTO A LA URBANIZACIÓN SIGLO XXI DE CUENCA (CALLES MERCEDES ESCRIBANO- CORONEL ALGARRA-NOTBURGA DE HARO)

Proponente: Nieves SC

Ubicación: Parque ubicado junto a la Urbanización Siglo XXI (calle Mercedes Escribano 16003)

Ámbito de actuación: Envejecimiento activo, salud pública, accesibilidad e integración comunitaria.

1.- JUSTIFICACIÓN Y NECESIDAD DEL PROYECTO

El Parque Siglo XXI es uno de los pulmones verdes más importantes y bastante transitado en esta zona de Cuenca, utilizado diariamente por vecinos de todas las edades.; cuenta con urbanizaciones y edificios que integran aproximadamente más de 1.000 viviendas. Es un barrio relativamente nuevo, pero debido a su llanura y a una completa dotación de servicios el barrio se ha convertido en una opción residencial muy demanda por personas mayores. Sin embargo, mientras el público infantil va a contar con áreas específica de juego (actuación en proyecto en una parcela del parque), los perros y perrunos con su zona específica (parque de socialización canina ya en uso); las personas mayores carecen de un espacio equipado y adaptado para la práctica de ejercicio físico moderado al aire libre. Tan sólo cuentan con suficientes bancos para el descanso donde pasan la mayor parte de tiempo sentados y sin iniciativa alguna para moverse, salvo pequeños paseos por una gran explanada.

La instalación de un circuito de gerontogimnasia responde a la creciente demanda vecinal de fomentar el envejecimiento activo, combatir el sedentarismo y ofrecer un punto de encuentro saludable que prevenga la soledad no deseada entre nuestros mayores.

2.- OBJETIVOS

- Fomentar la salud física: Mejorar la movilidad articular, el equilibrio, la fuerza muscular y la coordinación de las personas mayores del barrio.

- **Promover la salud mental y social:** Crear un espacio de convivencia intergeneracional y socialización diaria en un entorno natural seguro.

- **Mejorar la infraestructura urbana:** Dotar al Parque Siglo XXI de equipamiento accesible y homologado que complete su oferta de ocio y deporte.

3.- DESCRIPCIÓN TÉCNICA DE LA ACTUACIÓN:

Se propone habilitar una parcela de aproximadamente 60 – 80 m2 dentro del Parque Siglo XXI, preferiblemente en una zona llana, de fácil acceso desde los paseos principales, con buena visibilidad y cercana a zonas de sombra natural (arbolado) y bancos.

Equipamiento propuesto (mínimo 6 elementos homologados bajo normativa UNE-EN 16630), normativa que establece los requisitos de seguridad y los métodos de ensayo para los equipos fijos de entrenamiento físico instalados al aire libre **:**

1. **Pedales o bicicleta estática:** Para trabajar la resistencia cardiovascular y fortalecer el tren inferior sin impacto articular.
2. **Volante o timones de hombro:** Para mejorar la flexibilidad y movilidad de hombros, brazos y cintura escapular.
3. **Eliptica o esquí de fondo:** Para coordinar el movimiento de brazos y piernas mejorando el equilibrio general.
4. **Caminador aéreo (patines):** Para aumentar la amplitud de movimiento de las caderas y fortalecer la musculatura lumbar y de las piernas.
5. **Masajeador de espalda y cintura:** Para relajar la tensión muscular en la zona dorsal y lumbar.
6. **Barra de estiramientos y equilibrio:** Estructura de apoyo para realizar ejercicios de flexibilidad y rehabilitación suave.

Acondicionamiento de entorno:

- **Pavimento:** Instalación de suelo amortiguador de caucho continuo o losetas de seguridad antideslizantes para prevenir lesiones en caso de caída y garantizar la accesibilidad (sillas de ruedas o andadores).
- **Cartelería informativa:** Panel explicativo resistente a la intemperie con instrucciones visuales claras sobre cómo usar cada aparato, tiempos recomendados y consejos de calentamiento.

4. POBLACIÓN BENEFICIARIA

* **Directa:** Personas mayores de 60 años residentes en el entorno del Parque Siglo XXI y usuarios habituales del parque.

* **Indirecta:** Personas en procesos de rehabilitación física ligera, cuidadores y familiares que acompañan a los mayores, así como el conjunto de vecinos del barrio que disfrutan de un parque más completo e inclusivo.

5.- PRESUPUESTO ESTIMADO

CONCEPTO	DESCRIPCIÓN	COSTE ESTIMADO (IVA INCLUIDO)
Acondicionamiento del terreno	Nivelación, solera de hormigón y pavimento de seguridad (caucho) para 70 m	5.500,00 €
Suministro de aparatos	6 equipos biosaludables homologados (acero galvanizado inox antivandálico)	7.000,00 €
Instalación y anclaje	Obra civil de cimentación, montaje y certificación de seguridad	2.000,00 €
Cartelería y mobiliario	Panel informativo de uso	1.000,00 €
TOTAL ESTIMADO		**15.500,00 €**