

RECREACIÓN EN CONTACTO CON LA NATURALEZA

MEDICINA PREVENTIVA PARA NUESTRO CUERPO, MENTE Y ALMA.

Salud integral es "el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades."

Somos parte de la naturaleza. Ver, respirar, caminar y contemplar para darnos un tiempo, para reencontrarnos con nuestro ritmo natural.

¡Y SOMOS VECINOS!

CONTIGO Y CONMIGO

QUE SE ABRAN CAMINOS

LUGAR COMPARTIDO
Los Cerros Isla Pueden proporcionar áreas verdes a comunas con escasez de parques y plazas

Los cerros Isla Podrían facilitar el acceso a la naturaleza Urbana

Y ser espacios de encuentro para distintos niveles socio-económicos, edades, géneros y etnias.

LA TIERRA...
Los Cerros Isla ofrecen la posibilidad de ser aulas al aire libre

... ES UN...

... SER VIVO!

El 74% de los adultos Tiene sobrepeso, el 87% vive de forma sedentaria y el 23% de las enfermedades del país son por trastornos neuro-psiquiátricos.

¡A PAGO EL CELULAR Y ME PONGO A JUGAR!

Los Cerros Isla Son una buena oportunidad para el contacto con la naturaleza sin necesidad de viajar o salir de la ciudad.

PASEAR CON SENTIDO
Hay que restaurar el ecosistema natural e incorporar senderos miradores, zonas de quietud, senderos de aves y de educación ambiental.
Llevar a los estudiantes afuera, al menos una vez por semana para ser humanos más críticos y conscientes de su entorno, que aprecian y cuidan lo que les rodea.

Los parques urbanos nos entregan beneficios como jugar, hacer deporte y descansar. Causan sensaciones positivas y son el servicio ecosistémico mejor valorado por los habitantes de las ciudades.

SER BIEN RECIBIDO

SENTIRSE QUERIDO
La falta de contacto con la naturaleza afecta el desarrollo integral de las niñas, niños y niñas, sobre todo en los estratos socio-económicos más bajos, donde hay menor acceso a parques y plazas. Obesidad, depresión, trastorno de déficit atencional y poca conciencia socio-ambiental, son algunos problemas.

BUSCAR UN RESPIRO
Las ciudades pueden ser poco amables para sus habitantes. Su ritmo agitado afecta nuestra salud física y mental. Existen pocos espacios para el descanso y la recreación. Somos los Nº1 en enfermedades de salud mental en América Latina.

El contacto con la naturaleza influye en las capacidades cognitivas, afectivas y en las dimensiones psicológicas de las personas.

Los Cerros Isla son una oportunidad para combatir la obesidad, enfermedades respiratorias y el estrés al ofrecernos espacios para hacer deportes, jugar y descansar en contacto con la naturaleza.

Contado Respeto Comic

