

CORRIENDO HACIA UNA VIDA MÁS SANA

NO TODOS LOS CUMPLEAÑOS SE CELEBRAN CON TORTA. LAS DELEGACIONES DE ÑUBLE, LA SERENA Y VALDIVIA SE GUARDARON LAS GOLOSINAS Y FESTEJARON LOS 60 AÑOS DE LA CChC CON MUCHO DEPORTE Y ENERGÍA, SIENDO “CONSTRUYENDO TU SALUD” Y LAS CORRIDAS FAMILIARES LAS INICIATIVAS ESTRELLA CON QUE SE CONMEMORÓ ESTA IMPORTANTE FECHA PARA LA CÁMARA.

Por Sandra Gutiérrez

Correr no sólo está de moda, sino que también se ha convertido en un concurrido estilo de vida. Así es como muchos se han vuelto devotos seguidores del running y encuentran en el trote una forma de liberación a la agitada vida laboral. Se trata de un deporte altamente beneficioso para la salud, que combate de manera entretenida el sedentarismo, el responsable de muchos de los males modernos como, por ejemplo, la obesidad.

Con este concepto en mente y en el marco de la celebración de los 60 años de la CChC, fue que la Delegación del Ñuble organizó la corrida “Construyendo tu Salud”, que se llevó a cabo el pasado 25 de septiembre frente a la gobernación regional, con el

respaldo de la Municipalidad de Chillán y una gran respuesta de la comunidad de la octava región.

La actividad, perteneciente a los proyectos de la CChC Social regional, tuvo como objetivo incentivar la vida sana entre los miembros de la Cámara Chilena de la Construcción. Pero no sólo entre sus socios y trabajadores, sino que entre todas las personas con que tratan en su día a día, dentro y fuera de su aspecto laboral. “Nosotros queríamos dar a conocer lo que es la CChC Social en nuestra región, interactuar más con la comunidad. Habíamos hecho antiguamente otras actividades involucrando a los trabajadores y a las empresas socias, pero la comunidad en general no conocía lo que era la Cámara Social. Entonces, una de las maneras de salir a ella en su totalidad, de manera fuerte y potente, era una corrida”, dice Franz Iraira, past presidente de la Delegación del Ñuble y organizador del evento.

Y la respuesta no se hizo esperar. En sus dos categorías, de 3 y 8 kilómetros, hubo en conjunto más de 500 personas inscri-

tas, contando familias enteras y corredores amateur, experimentados y casi profesionales, lo que superó con creces las expectativas del organismo gestor.

“Construyendo tu Salud”—organizada con el apoyo de las entidades Consalud, Mutual de Seguridad, Caja Los Andes, Corporación Habitacional, Fundación Social y AFP Hábitat— fue la primera iniciativa de la delegación en la que se combinan los conceptos de bienestar y comunidad, pero Franz Iraira asegura que no será la última: “Dentro del programa 2011 está este tipo de actividades y todavía nos quedan más. Pero la idea es incentivar la vida sana, dar a conocer la CChC Social y que se sepa que también se preocupa de la comunidad y de sus trabajadores. Ahí apuntamos”.

EN EL NORTE Y EN EL SUR TAMBIÉN SE CORRE

En las zonas más septentrionales del país tampoco quisieron quedarse al margen de la celebración de los 60 años de la Cámara. Es por esta razón que la Delega-



Premiación Corrida Familiar 60 años CChC, La Serena.

ción de La Serena y Puerto Varas se sumaron a esta iniciativa de vida sana por medio del deporte. La ciudad nortina inauguró la Corrida Familiar el pasado 9 de octubre, con un evento que contempló una serie de competencias.

En dos circuitos de 10 y 5 kilómetros, que recorrían la costanera de La Serena, más de mil participantes residentes de la región y de diversas partes del país hicieron de la actividad un éxito, dejando felices a los organizadores. “Para nuestro gremio regional, ha sido un orgullo ser sede de este gran evento y compartirlo con nuestra comunidad”, dice el presidente de la delegación de La Serena, Alfredo Prieto. “Numerosas familias, adultos mayores, jóvenes y niños participaron de esta gran fiesta deportiva, que sin duda fue todo un éxito gracias a la labor desplegada por los organizadores, el apoyo de carabineros y los municipios de La Serena y de Coquimbo. Fue una excelente iniciativa de integración y de sana competencia para celebrar las seis décadas de la Cámara”

Una innovación de esta actividad fue en

el amplio uso de su página web, donde aún es posible revisar por dónde se emplazaron los circuitos de las corridas, para que así los participantes pudieran entrenar y adecuarse a las condiciones antes de la corrida misma. También es posible ver los tiempos de cada participante posteriormente a la carrera y, por supuesto, saber quiénes fueron los ganadores, quienes en esta ocasión fueron Roberto Echeverría en la categoría de los 10K, merecedor del gran premio de \$300.000, y Daniel Cortes en la categoría familiar. Otros ganadores en la categoría competitiva fueron Christopher Guajardo, quien se adjudicó \$200.000, y Daniel Estrada, quien se llevó por su participación \$100.000. Otra de las sorpresas fue la cobertura en vivo de las corridas por medio de la señal Vive Deportes de VTR.

VIDA SANA Y COMUNIDAD

A pesar de la importancia que tiene para la CChC Social incentivar entre sus miembros el cuidado de la salud y la vida sana, éste no es el único valor detrás de las acti-

vidades deportivas organizadas por la entidad. Según Franz Iraira, de la Delegación del Ñuble, el motivar el fortalecimiento de los lazos entre los socios de la Cámara, sus trabajadores y los funcionarios de las diferentes instituciones miembros de la CChC Social, como, por ejemplo, la Mutual de Seguridad, es igualmente importante.

“Nos interesa todo lo que sea la salud, la vida sana y también mucho lo que es la camaradería”, dice el past presidente. “Que las personas se relacionen en base al deporte. Que los trabajadores se conozcan entre ellos y con los de otras empresas, con la gente que trabaja en la Mutual que el día de mañana los atiende. Que si van a la Caja de Compensación Los Andes puedan decir: ‘Mira, ahí está la persona que me inscribió para tal campeonato’, ese tipo de cosas. La idea es crear comunidad a través del deporte”

Y el objetivo es incentivar la vida activa en todas sus formas, porque correr no es la única forma de ejercitarse. Franz Iraira cuenta que dentro de los proyectos que tiene la Delegación del Ñuble también hay espacio para diferentes ramas y, por supuesto, uno que otro asado: “Ahora tenemos una jornada recreativa de la CChC Social, donde participan todas las empresas socias de la Cámara con sus trabajadores en campeonatos de voleibol, fútbol, tenis y ping pong. Además, juegos infantiles para los niños y para los hijos de los trabajadores, se van a hacer asados con ellos”