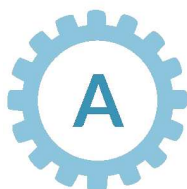


PROYECTO: (ALCALÁ AL PARQUE)

AYUNTAMIENTO DE ALCALÁ DE HENARES

GUIÓN-MEMORIA PROYECTO DESARROLLADO CON FINANCIACIÓN EN EL MARCO DEL CONVENIO MSND-FEMP



ENTIDADES LOCALES ADHERIDAS A LA
RED ESPAÑOLA DE CIUDADES SALUDABLES

DATOS DE LA JUSTIFICATION

Nombre del proyecto: ALCALA AL PARQUE

Adecuación de prioridades de la convocatoria: Promoción de la actividad física y/o la alimentación saludable y sostenible

Población diana y cobertura: POBLACIÓN ADULTA

Número de personas beneficiarias directas: 100

Descripción de la actuación realizada: EL PROGRAMA ALCALÁ AL PARQUE , ES UN PROGRAMA DIRIGIDO A LA PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN PARQUES MUNICIPALES AL AIRE LIBRE, POSIBILITANDO EL APRENDIZAJE ADECUADO DE LOS ELEMENTOS BIOSALUDABLES, CENTRÁNDOSE EN MEJORAR EL EQUILIBRIO, COORDINACIÓN, ELASTICIDAD Y FUERZA. SE ORGANIZAN GRUPOS DE ALREDEDOR DE 20 PARTICIPANTES, SE REALIZAN DOS SESIONES SEMANALES DE 1H DE DURACIÓN, REALIZANDO 20 SESIONES TRIMESTRALES

Matriz de planificación:

Objetivo general: Promover la actividad física

Objetivo específico: Dar a conocer los recursos existentes en el entorno donde poder realizar la actividad física y deportiva

Facilitar información y experiencias que aumenten el uso de los elementos biosaludables de la ciudad
Generar actividades grupales que inciden positivamente sobre el aislamiento y la soledad no deseada

Actividad: Realización de sesiones de actividad física, incluye el trabajo de distintos grupos musculares y diferentes ejercicios incluyendo para ello los elementos biosaludables que hay en el parque (ejercicios multicomponentes), dirigidos por un monitor

Descripción del IOV: Planning de realización de sesiones

Resultado previsto: Realización de sesiones de actividad física multicomponente y aprendizaje de elementos biosaludables existentes en el parque

Resultado alcanzado: Se han realizado las actividades previstas con la periodicidad marcada



Fuentes de verificación: Hojas de seguimiento de la actividad remitidas por las monitoras que llevan el programa

Grado de consecución: El 80% de las personas apuntadas han realizado las 20 sesiones programadas

Recursos humanos, infraestructuras y materiales necesarios para el desarrollo de la actuación:

Profesionales de la Unidad de Promoción de la salud, medios de difusión municipal, tanto personal de información como los soportes técnicos previstos para la difusión de información digital (redes sociales, página web, etc), dónde se informa y facilita la inscripción tanto física como online, a través de los dípticos creados al efecto. Coordinación con la empresa que contrata a los técnicos deportivos y coordinación con los distintos para el adecuado desarrollo del programa. 4 parques municipales (reserva de los espacios comunitarios para la realización de la actividad), elementos biosaludables, material fungible

Población:

- Mayores

Otros grupos de población:

Acciones realizadas: Se ha llevado a cabo el desarrollo del programa durante los meses marzo, abril, mayo y junio, con la realización de las 103 sesiones programadas y durante los meses de verano y se ha seguido con la difusión del mismo, por lo que a mediados de octubre se retomará

Intersectorialidad: Concejalía de salud

Agentes de intersectorialidad:

Actor implicado: CONCEJALÍA DE SALUD

Sector: SALUD

Prevista: Sí

Dificultades y oportunidades: Dificultad por la falta de coordinación con otras concejalías que ignoran la ocupación del espacio y se programan otros trabajos en el espacio del parque, cierre de los parques por avisos meteorológicos. Oportunidades, la puesta en valor de los espacios verdes de nuestra ciudad tan cercanos a los ciudadanos que facilitan la participación en actividades deportivas junto con sus vecinos.

Participación social: Sí

Participación social explicación: El programa se mantiene dada la acogida de los participantes que valoran muy positivamente su realización

Conclusiones: Las valoraciones del programa son muy positivas por parte de los usuarios destacando la percepción de mejora de su salud, la realización de actividades al aire libre, facilitar las relaciones sociales y el disfrute de la práctica de ejercicio.

Transferibilidad: no es IPA

