



RECS
Red Española de Ciudades Saludables

PROYECTO:
RUTA SALUDABLE
ARBANCÓN II

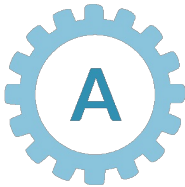


Ayuntamiento de Arbancón





MEMORIA FINAL DEL PROYECTO FINANCIADO



ENTIDADES LOCALES ADHERIDAS A LA
RED ESPAÑOLA DE CIUDADES SALUDABLES

DATOS GENERALES

Nombre del proyecto: RUTA SALUDABLE ARBANCÓN II
Entidad local solicitante: Arbancón / GUADALAJARA
Concejalía / Organo responsable: ALCALDIA

IMPORTE DE LA ACTUACIÓN

Coste total (excluido inventariables): 0	Total de bienes inventariables: 2500.04
Aportación MSDN(60%): 1379.43	Aportación local(40%): 1120.61
	Coste total de las actuaciones: 2500.04

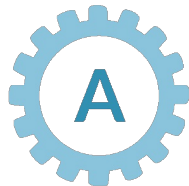
DATOS DE CONTACTO (Responsable Técnico)

Nombre: GONZALO
Apellidos: BRAVO BARTOLOME
Cargo: ALCALDE - PRESIDENTE
Mail: ayuntamientodearbancon@hotmail.com
Teléfono: 949855192

Cód. Validación: 3GRFR9TKHL7HDQN59N3ERZH4
Verificación: <https://arbancon.sedelectronica.es/>
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 2 de 4



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: RUTA SALUDABLE ARBANCÓN II

Adecuación de prioridades de la convocatoria: IPA1: Diseño y dinamización de rutas saludables

Población diana y cobertura: Habitantes y visitantes de Arbancón

Número de personas beneficiarias directas: 1000

Descripción de la actuación realizada: Se ha creado una ruta de senderismo por La Sierra Norte de Guadalajara, dentro del término municipal de Arbancón. La ruta ha quedado señalizada y acondicionada para su uso seguro y accesible. Se han organizado sesiones de senderismo para fomentar su práctica

Matriz de planificación:

Objetivo general: Promover hábitos de vida saludable entre la población de Arbancón, fomentando la actividad física y el disfrute del entorno rural.

Objetivo específico: Incrementar la participación de la población en actividades físicas al aire libre
Mejorar la condición física y la salud de los participantes.
Sensibilizar sobre la importancia de adoptar hábitos de vida saludables.
Fomentar el conocimiento y aprecio del patrimonio natural de La Sierra Norte de Guadalajara.

Actividad: Diseño, señalización, acondicionamiento y dinamización de una ruta saludable por La Sierra Norte de Guadalajara en el municipio de Arbancón.

Descripción del IOV: Número de personas participantes en las caminatas guiadas durante el periodo de ejecución del proyecto.

Resultado previsto: Un aumento significativo de la participación de la población en actividades físicas al aire libre.
Una mejora de la condición física y la salud de los participantes.
Un mayor conocimiento de la importancia de adoptar hábitos de la vida saludables.
Una mayor difusión del patrimonio natural de La Sierra Norte de Guadalajara

Cód. Validación: 3GRFFR9TKH1PHHDQN5902ERZ4
Verificación: <https://arbancón.sedelectronica.es/>
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 5 de 5



ciudades.saludables@femp.es

Resultado alcanzado: Aumento significativo de la participación de la población en actividades físicas al aire libre.
Mejora de la condición física y la salud de los participantes.
Mayor conocimiento de la importancia de adoptar hábitos de la vida saludables.
Mayor difusión del patrimonio natural de La Sierra Norte de Guadalajara

Fuentes de verificación: Número de participantes en las caminatas

Grado de consecución: Alta participación

Recursos humanos, infraestructuras y materiales necesarios para el desarrollo de la actuación:
Adecuación de la ruta saldable para su tránsito en cuanto a vegetación.
Compra e instalación de señalética por toda la ruta.

Población:
- Personas con aislamiento geográfico o urbanístico

Otros grupos de población: Toda la población en general

Acciones realizadas: Señalización de ruta con marcas homologadas y paneles informativos que indican el recorrido, los puntos de interés y la distancia recorrida.
Se han organizado caminatas guiadas gratuitas adaptadas a diferentes niveles de condición física y dirigidas a toos los públicos, con especial atención a las personas mayores.

Intersectorialidad: Alcaldía, Asociación Juvenil Los Cuatro Caños, participación ciudadana

Agentes de intersectorialidad:

Actor implicado: Alcaldía
Sector: Ayuntamiento
Prevista: Sí

Actor implicado: Mayores
Sector: Población
Prevista: Sí

Actor implicado: Personal Voluntario
Sector: Asociación Juvenil Los Cuatro Caños
Prevista: Sí

Dificultades y oportunidades: Escasez de tiempo para la ejecución del proyecto

Participación social: Sí

Participación social explicación: Sector Asociativo del municipio: Capitaneadas por La Asociación de Los Cuatro Caños y logrando implicar a todo el sector asociativo de la localidad. Han participado tanto en el diseño, señalización y acondicionamiento de una ruta saludable por La Sierra Norte de Guadalajara, dentro del municipio de Arbancón, como en la organización de caminatas guiadas gratuitas

Conclusiones: El proyecto ha resultado muy enriquecedor, ya que se ha conseguido promover la actividad física y hacer que sea una actividad divertida, interesante y valiosa, creando un entorno saludable y de bienestar

Transferibilidad: Dinamización del sector asociativo local mediante la práctica del senderismo como hábito saludable

Cód. Validación: 3GRFR9TKA-TT-DQNS9N3ERZM
Verificación: <http://arbancón.gob.es/validacion>
Documento firmado electrónicamente desde la Portal de acceso electrónico del Ayuntamiento de Arbancón



ciudades.saludables@femp.es



ANEXO IPA1

Actividad física para la salud:

- Las rutas sirven para integrar la actividad física en la vida diaria. (Ejemplo: rutas seguras a la escuela).
- Se sensibiliza sobre la importancia de la promoción de la actividad física para la salud, sus beneficios y las recomendaciones por grupos de edad.

Caminabilidad - En el diseño:

- Se identifican trayectos de interés social, histórico, cultural o ambiental.
- Se tiene en cuenta en la elección de trayectos las preferencias ciudadanas.

Caminabilidad - En el equipamiento:

- La señalética ofrece información clara y concisa para orientarse en la ruta, así como para prevenir accidentes y problemas asociados a las altas temperaturas.
- Los lugares en los que se ubican las señales son seguros.

Caminabilidad - En el mantenimiento:

- La dinamización está orientada a motivar a las personas a caminar y es mantenida en el tiempo.

Equidad/Intersectorialidad/Participación:

- Se valora que el diseño de la(s) ruta(s) sirva para unir zonas con aislamiento geográfico o social.

Coherencia:

- Ni la publicidad ni la financiación provienen de entidades promotoras de estilos de vida no saludables o con potenciales conflictos de interés con la salud.
- No se establecen acuerdos con entidades promotoras de estilos de vida no saludables o con potenciales conflictos de interés con la salud, a valorar en cada caso (Ej.: bebidas alcohólicas, comida o bebida con alto contenido calórico o azúcares, industria tabaquera, industrias contaminantes, etc.).

Desarrollo y profundización: La señalización de la ruta saludable ha permitido promover hábitos de vida saludable entre la población de Arbancón y sus visitantes, fomentando la actividad física y el disfrute de un entorno natural

