



RECS

Red Española de Ciudades Saludables

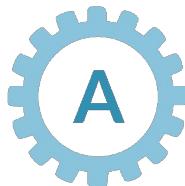
PROYECTO: RUTA SALUDABLE ARBANCÓN II



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:

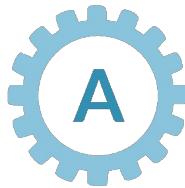
ayuntamientodearbancón@hotmail.com

Teléfono: 949855192

Cód. Validación: 3GRFR9TKHL77HDQNS9N3ERZ14
 Verificación: <https://arbancón.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 vida saludables.

Una mayor difusión del patrimonio natural de La Sierra Norte de Guadalajara

Cód. Validación: 3GRFR9TKLHHDQNS9ZGERZ14
Verificación: <https://arbancón.sedelectronica.es/>
Documento firmado electrónico en la plataforma esPublico Gestiona | Página 5 de 5



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 necesarias 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 todos 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: Capitanearon 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



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

