

# **PROYECTO:** **BLO Senderos y rutas saludables**

**(AYUNTAMIENTO DE BENICARLO)**

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

**Población diana y cobertura:** Personas adultas activas interesadas en el senderismo, el deporte, aire libre y naturaleza. Familias que buscan actividades saludables y accesibles.

Personas mayores activas, que practican caminatas y valoran rutas bien señalizadas y con información clara.

Turistas y visitantes del territorio que desean explorar el entorno de forma autónoma y segura.

**Número de personas beneficiarias directas:** 2.000 y 4.000 personas beneficiarias directas.

### **Descripción de la actuación realizada:**

Diseño y señalización de rutas urbanas y senderos periurbanos saludables dentro del término de Benicarló- QR interactivo para acceder a las rutas para facilitar la navegación y hacer el itinerario más accesible y dinámico.

### **Objetivo general:**

Objetivo general: Promover la salud física y mental de la población a través de la creación de rutas señalizadas accesibles, fomentando la actividad física al aire libre y el contacto con la naturaleza, utilizando tecnologías interactivas como códigos QR y mapas digitales para mejorar la experiencia y facilitar la participación de todas las personas independientemente de su edad o condición física.

### **Objetivo específico:**

- Fomentar la actividad física y el contacto con la naturaleza, mejorando la salud física y mental de los participantes.

- Proveer información accesible sobre las rutas y el entorno natural a través de tecnologías innovadoras, como los códigos QR y mapas interactivos.
- Impulsar el turismo local y promover el uso responsable y sostenible del patrimonio natural,
- Facilitar el acceso a las rutas para personas de diferentes edades y capacidades, incentivando la participación de toda la comunidad.

### **Actividad: Rutas urbanas y senderos saludables de Benicarló**

#### **Actividad física para la salud:**

Se han realizado 2 salidas dirigidas por el Ayuntamiento con una participación de 172 personas, también se ha iniciado un grupo de iniciación al running con 36 personas, aunque el sistema para evaluar la participación previsto por QR y sistema móvil aún no está operativo, y a que la señalización urbana necesaria para las rutas aún no se ha completado.

Se plantea una estrategia para fomentar que la ciudadanía conozca cómo usar la(s) ruta(s) para cumplir las recomendaciones de actividad física para la salud.

Caminabilidad : Se identifican trayectos de interés social, histórico, cultural o ambiental. - Los lugares en los que se ubican las señales son seguros. - La dinamización está orientada a motivar a las personas a caminar y es mantenida en el tiempo.

#### **Conclusiones:**

El proyecto tiene gran potencial porque responde a la creciente demanda de actividades al aire libre para mejorar la salud, además, promueve la actividad física, mejora el bienestar y tiene un enfoque tecnológico que hace la experiencia más segura e interactiva.

Con supervisión continua, y estrategias para motivar a los participantes, puede mejorar aún más su impacto.