



RECS

Red Española de Ciudades Saludables

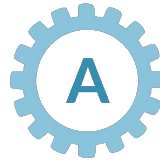
ACTUACIONES DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN SANT ANDREU DE LA BARCA.

(Sant Andreu de la Barca)

DOCUMENT DOCUMENT ANEXAT	ÒRGAN AJUNTAMENT	REFERÈNCIA C1412025000090
Codi Segur de Verificació: 013b24b2-872f-4880-9f36-582f3c0b2f74 Origen: Administració Identificador document: ES_L01081960_2025_13329409 Data d'impressió: 14/11/2025 13:08:51 Pàgina 2 de 6	SIGNATURES 1.- EUNICE MARTIN CARCELES - (TCAT) - 14/11/2025 - Regidor/a de Salut Pública i Consum	

CONVOCATORIA DE AYUDAS RECS 2025

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: Actuaciones de promoción de la actividad física

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

Población diana y cobertura: La población objetivo de las actuaciones realizadas son:

- Infancia (2.274 niños de 6 a 12 años).
- Población de 15 a 64 años (18.418)
- Mayores de 65 años (4.607)

Número de personas beneficiarias directas: De abril a octubre:

- Infancia (niños de 6 a 12 años): 67 (20 niños y 47 niñas)
- Población de 15 a 64 años: 63 personas
- Mayores de 65 años: 436 personas

Descripción de la actuación realizada: Las actuaciones de actividad física objeto de esta ayuda, realizadas de abril a octubre, están dirigidas a combatir el sedentarismo de los diferentes grupos de población a los que se dirigen y fomentar hábitos y estilos de vida saludables. Concretamente las actuaciones realizadas, han sido:

- Programa de ocio activo: ¿Quieres jugar con nosotros?, dirigido a niños/as de 6 a 12 años a los que se les ha ofrecido durante los meses de abril, mayo y octubre exceptuando festivos y vacaciones, de lunes a viernes, hacer actividad física con una monitora a través del juego, en diferentes parques de la ciudad, una vez que salían del cole.
- Programa de actividad física del casal de abuelos "Todos en movimiento", El programa, adaptado a las capacidades individuales de este grupo de población, de abril a junio y durante el mes de octubre, ha ofrecido a los usuarios del casal, sesiones de actividad física conducidas por monitores



Expediente: 2025 - 157

FEMP
Tfno: 91 364 37 00
ciudades.saludables@femp.es

CONVOCATORIA DE AYUDAS RECS 2025

especializados, así como sesiones de baile en línea y sevillanas.

- Programa “Camina hacia la salud”, programa de caminatas grupales por la ciudad, abierto a población general. El programa, dirigido por un monitor especialista, de abril a julio y del 15 de septiembre al 15 de octubre ha ofrecido 4 rutas semanales de una hora de duración adaptadas a las características de los participantes y al nivel de cada grupo.
- Programa “Practica la salud”: Dirigido a la población general, durante los meses de abril y mayo ha ofrecido en 4 sesiones de actividades físicas al aire libre (funcional, ioga, bodybalance y actividad para mayores), de una hora de duración, dirigidas por un monitor

Matriz de planificación:

Objetivo general: Incrementar el número de ciudadanos que abandona los hábitos de vida sedentarios e integran la práctica de actividad física en su vida cotidiana.

Objetivo específico: Promover la práctica de actividad física entre los grupos de población más vulnerable
Impulsar la actividad física y el deporte como herramientas de cohesión social.

Actividad: Durante el período que contempla la presente ayuda, se ha llevado a cabo de manera gratuita el programa de caminatas “Camina hacia la salud” de abril a julio y del 15 de septiembre al 15 de octubre, 4 horas a la semana. A pesar de ser un programa abierto a población general, el 95% de la participación es de personas mayores

Descripción del IOV: -Núm. de participantes, por edad y sexo.
-Núm. de incidencias producidas durante las sesiones.

Resultado previsto: -Más de 20 personas en cada grupo organizado
-Amplia difusión y conocimiento del programa por parte de la población, especialmente de los mayores.

Resultado alcanzado: -Participación: La media de participación de cada grupo es superior a 20. De abril a octubre han participado 45 personas.

-Se trata de un programa consolidado dentro de la programación de los Dpt. municipales de Salud Pública y de Deportes, con una amplia difusión y publicidad dentro de los diferentes medios de comunicación local (radio, web municipal, redes sociales del Ayuntamiento...)

Fuentes de verificación: -Núm. de participantes en las sesiones
-Núm. de artículos y noticias del programa publicada en los diferentes medios de comunicación local.

Grado de consecución: Del 100%.

Objetivo general: Incrementar el número de ciudadanos que abandona los hábitos de vida sedentarios e integran la práctica de actividad física en su vida cotidiana.

Objetivo específico: Promover la práctica de actividad física entre los mayores, como herramienta de vida saludable y de cohesión social.

Actividad: De abril a junio y durante el mes de octubre, se ha llevado a cabo el programa “Todos en movimiento”, dirigido a los mayores de 65 años.. Durante estos meses, de forma gratuita, se han realizado:

-10 horas semanales de gimnasia (5 por la mañana y 5 por la tarde). Se ha completado el aforo máximo de 60 usuarios por clase. Teniendo en cuenta que cada usuario puede realizar 2 horas a la semana, el núm. de usuarios ha sido de 240 .

- 4 horas semanales de baile en línea. Se ha completado el aforo máximo de 60 usuarios por clase Teniendo en cuenta que cada usuario puede realizar 1 hora la semana, el núm. de usuarios ha sido de 194.

- 3 horas de sevillanas. Se han organizado 3 grupos y cada uno de ellos se ha completado el aforo máximo de 25 personas. La participación total ha sido de 40 personas.



DOCUMENT DOCUMENT ANEXAT	ÒRGAN AJUNTAMENT	REFERÈNCIA C1412025000090
Codi Segur de Verificació: 013b24b2-872f-4880-9f36-582f3c0b2f74 Origen: Administració Identificador document: ES_L01081960_2025_13329409 Data d'impressió: 14/11/2025 13:08:51 Pàgina 4 de 6		SIGNATURES 1.- EUNICE MARTIN CARCELES - (TCAT) - 14/11/2025 - Regidor/a de Salut Pública i Consum



AJUNTAMENT SANT ANDREU DE LA BARÇA
Aquest document és una còpia autèntica del document electrònic original. Web de validació: <https://validador.sabarca.cat>

CONVOCATORIA DE AYUDAS RECS 2025

Descripción del IOV: -Núm. de participantes en cada una de las actividades.
-Número de incidencias producidas en cada sesión
-Grado de satisfacción por parte de los participantes.

Resultado previsto: -Máxima participación en todas las actividades organizadas.
-Alto grado de satisfacción por parte de los participantes
-Que no haya incidencias relevantes durante las sesiones.

Resultado alcanzado: -Se ha alcanzado un aforo completo en todas las actividades organizadas, con lista de espera en muchas de ellas.
-Los participantes han manifestado un alto grado de satisfacción
-No se ha producido ninguna incidencia relevante durante las sesiones.

Fuentes de verificación: -Núm. de inscripciones realizadas para cada actividad
-Opiniones de las participantes recogidas directamente desde el casal de abuelos.

Grado de consecución: Del 100%.

Objetivo general: Incrementar el número de ciudadanos que abandona los hábitos de vida sedentarios e integran la práctica de actividad física en su vida cotidiana.

Objetivo específico: Propiciar la creación de entornos municipales que faciliten a los ciudadanos la adopción de estilos de vida saludables.
Impulsar la actividad física como herramienta de cohesión social.

Actividad: Durante los meses d'abril y mayo, se han realizado 3 de las 4 sesiones de actividad física que estaban previstas inicialmente hacer al aire libre (Plaça Federico Garcia Lorca): funcional (6 de abril), ioga, (13 de abril) bodybalance (27 de abril) y 31 de mayo (mayores).

Descripción del IOV: -Núm. de participantes en cada una de las sesiones
-Número de noticias de información y difusión de estas actividades en los medios de comunicación local
-Número de incidencias producidas en cada sesión

Resultado previsto: -Alta participación en todas las actividades organizadas.
-Amplia difusión y conocimiento del programa por parte de la población, especialmente de los mayores.
-Que no haya incidencias relevantes durante las sesiones.

Resultado alcanzado: -La participación media en todas las actividades organizadas ha sido superior a 20 personas.. Por actividad han participado:
oBodyBalance: 30 persones
oIoga: 33 persones
oGent Gran: 75 persones

-Se trata de un programa consolidado dentro de la programación de los Dpt. municipales de Salud Pública y de Deportes, con una amplia difusión y publicidad dentro de los diferentes medios de comunicación local (radio, web municipal, redes sociales del Ayuntamiento...).

-En cuanto a las incidencias, destacamos que una de las sesiones fue suspendida por falta de asistencia.

Fuentes de verificación: -Núm. participantes en cada sesión.
-Núm. de artículos y noticias del programa publicada en los diferentes medios de comunicación local.

Grado de consecución: Del 100%.

Objetivo general: Incrementar el número de niños/as que abandona los hábitos de vida sedentarios e integran la práctica de actividad física en su vida cotidiana.

Objetivo específico: Propiciar la creación de entornos municipales que faciliten a los ciudadanos la adopción de estilos de vida saludables.
Promover la práctica de actividad física entre los grupos de población más vulnerable
Impulsar la actividad física como herramienta de cohesión social.

Actividad: Durante los meses de abril, mayo y octubre, exceptuando festivos y vacaciones, de lunes a



DOCUMENT DOCUMENT ANEXAT	ÒRGAN AJUNTAMENT	REFERÈNCIA C1412025000090
Codi Segur de Verificació: 013b24b2-872f-4880-9f36-582f3c0b2f74 Origen: Administració Identificador document: ES_L01081960_2025_13329409 Data d'impressió: 14/11/2025 13:08:51 Pàgina 5 de 6	SIGNATURES 1.- EUNICE MARTIN CARCELES - (TCAT) - 14/11/2025 - Regidor/a de Salut Pública i Consum	



CONVOCATORIA DE AYUDAS RECS 2025

viernes se ha llevado a cabo el programa de ocio activo, ¿Quieres jugar con nosotros?. Durante este período, el equipo motor del programa se ha reunido en dos ocasiones para modificar ciertos aspectos relacionados con la logística y el funcionamiento del programa, así como con los profesionales del CAP que trabajan en la comunitaria y personal de servicios sociales que trabajan con familias vulnerables con los que han tratado las derivaciones prioritarias al programa de niños/as con problemas de sobrepeso y/o perfil socioeconómico vulnerable.

Descripción del IOV: -Núm. de participantes
-Número de noticias del programa que aparece en los medios de comunicación local
-Grado de satisfacción de los participantes y las familias
-Número de incidencias producidas en cada sesión

Resultado previsto: -Participación por sesión de 10 niños/as (ratio de participación por monitor)
-Amplia difusión y conocimiento del programa por parte de la población, especialmente de las familias
-Alto grado de satisfacción por parte de los participantes.
-Que no haya incidencias relevantes durante las sesiones.

Resultado alcanzado: -Se ha alcanzado una participación máxima en todas las sesiones; en todas ellas ha habido lista de espera.El número total de participantes ha sido de 67 niños/as.
-Pese a que se ha hecho una amplia difusión del programa y éste está consolidado en los dpt. municipales de salud pública y deportes, la información no acaba de llegar a las familias de los niños/as más pequeños.
-Las familias de los niños/as participantes han manifestado un alto grado de satisfacción
-No se han producido incidencias relevantes

Fuentes de verificación: -Núm. participantes en cada sesión.
-Opiniones recogidas directamente por el monitor/a de la actividad.
-Núm. de artículos y noticias del programa publicada en los diferentes medios de comunicación local.

Grado de consecución: Del 100%.

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

Recursos humanos: personal del Ayuntamiento (salud pública, servicios sociales, mayores, educación, comunicación), monitores de las instalaciones deportivas municipales, personal de pediatría del CAP.

Infraestructura: casal de abuelos, las instalaciones deportivas municipales, los parques donde se desarrolla el programa de ocio activo, los medios de comunicación local (radio municipal y redes sociales)

Materiales:

- Deportivo y de juegos: balizas, pelotas, aros, colchonetas, pesas, pelotas...
- Material de oficina y difusión (posters): material de difusión, posters...

Población:

- Infancia
- Mayores
- Otros

Otros grupos de población: Población general

Acciones realizadas: Todas estas actividades son gratuitas y se realizan al aire libre por lo que al ser accesibles y de bajo coste permiten que personas de diferentes niveles socioeconómicos puedan participar en ellas.

Intersectorialidad: Los programas “Camina hacia la salud”, “Practica la salud” y “ ¿Quieres jugar con nosotros?”, son liderados desde la Concejalía de Salud Pública.
El programa “Todos en movimiento” es liderado desde la Concejalía de mayores.

Agentes de intersectorialidad:



DOCUMENT DOCUMENT ANEXAT	ÒRGAN AJUNTAMENT	REFERÈNCIA C1412025000090
Codi Segur de Verificació: 013b24b2-872f-4880-9f36-582f3c0b2f74 Origen: Administració Identificador document: ES_L01081960_2025_13329409 Data d'impressió: 14/11/2025 13:08:51 Pàgina 6 de 6	SIGNATURES 1.- EUNICE MARTIN CARCELES - (TCAT) - 14/11/2025 - Regidor/a de Salut Pública i Consum	



AJUNTAMENT SANT ANDREU DE LA BARÇA
Aquest document és una còpia autèntica del document electrònic original. Web de validació: <https://validador.sabarca.cat>

CONVOCATORIA DE AYUDAS RECS 2025

Actor implicado: Centro de atención primaria

Sector: salud

Prevista: Sí

Actor implicado: Otros servicios municipales

Sector: Educación, servicios sociales y comunicación

Prevista: Sí

Actor implicado: Servicios municipales de salud pública

Sector: Salud, y mayores

Prevista: Sí

Dificultades y oportunidades: La principal dificultad es la carga de trabajo de los departamentos implicados, y como oportunidad destacaría las ventajas del trabajo transversal a todos los niveles.

Participación social: Sí

Participación social explicación: Estos programas están consolidados en las programaciones de los Dpt. municipales que los gestionan, y tanto en su diseño inicial como en la supervisión y en su desarrollo, cuentan con la participación de representantes de los grupos de población a los que van dirigidos, sometiéndose sistemáticamente a una evaluación en la que la participación y la opinión de los participantes es un punto fuerte.

Conclusiones: Ofrecer programas de actividad física adaptadas a las necesidades específicas de cada grupo a los que se dirigen, con un enfoque colaborativo e integral, y evaluadas continuamente, garantizan el éxito y sostenibilidad de éstos.

La alta participación alcanzada en todos estos programas ofrecidos desde el Ayuntamiento de Sant Andreu de la Barca y la consolidación de éstos en la programación de los dpt. municipales que los dirigen, son los principales indicadores del éxito alcanzado.

Transferibilidad: No es una intervención priorizada

