

"SALUD + ACTIVA BRUNETE 2026 - 2027"

BRUNETE

11.261 Habitantes

El proyecto "Salud + Activa Brunete 2026-2027", tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida y el bienestar integrando la práctica de actividad física y ejercicio físico en los estilos de vida. Se dirige preferentemente a adultos de más de 45 años y a mayores sanos sedentarios y/o inactivos, derivados desde Atención Primaria tras el cribado sanitario.

La intervención se articula mediante un circuito coordinado entre el centro de salud y los servicios municipales de ejercicio físico: tras el consejo breve y la prescripción, las personas participantes acceden a la Unidad Activa de Ejercicio Físico, donde un promotor realiza entrevista y valoración inicial, presta asesoramiento técnico personalizado y acuerda metas progresivas para reducir el sedentarismo. Con esa información se indica el recurso más adecuado (actividad autónoma, oferta municipal, preparación física personalizada o actividades específicas) y se realiza seguimiento y retorno de información al personal sanitario.

La actividad central es el Punto Activo Deporte +50, con sesiones semanales, y un mínimo de 30 sesiones durante el curso. Se desarrollará principalmente combinando juegos predeportivos y deportes adaptados de bajo impacto para favorecer una participación segura: pickleball, ringo red, bádminton, pádel, walking fútbol sala, cesto móvil y baloncesto adaptado, voleibol adaptado, softball adaptado y otras propuestas ajustadas al grupo. El programa incorpora además sesiones formativas periódicas sobre hábitos saludables y seguridad, y espacios de evaluación/tutorización para consolidar la autonomía y la adherencia.

Como complemento, se programará un circuito de 6 sendas saludables a lo largo del proyecto, mayoritariamente en el entorno de Brunete y con dos rutas fuera del municipio (dentro de la Comunidad de Madrid) para las que se facilitará transporte.

El proyecto cuenta con la colaboración del centro de salud mediante una Mesa de Coordinación, e impulsa la participación de las concejalías de Medio Ambiente y Sanidad y del Centro de Mayores, además de apoyos puntuales de entidades locales como el Club Voleimaniakos. Todas las actividades del proyecto son gratuitas para las personas participantes y están dirigidas y coordinadas por profesionales cualificados, incluyendo licenciados o graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Fecha: 16 de septiembre 2026 a 30 de junio 2027

Contacto: deportes@brunete.org

Más información: www.brunete.org

XI Edición
PROGRAMA DE COLABORACIÓN INSTITUCIONAL EN PROYECTOS DE
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD





Comunidad
de Madrid



AYUNTAMIENTO DE BRUNETE



Punto Activo

Actividad Física Adultos

Obtén tu receta en el
Consultorio Médico

Avda. Villanueva de La Cañada, 6 - Brunete 28690



Salud + Activa Brunete



Comunidad
de Madrid

Dirección General
de Deportes
Subdirección General
de Formación Deportiva

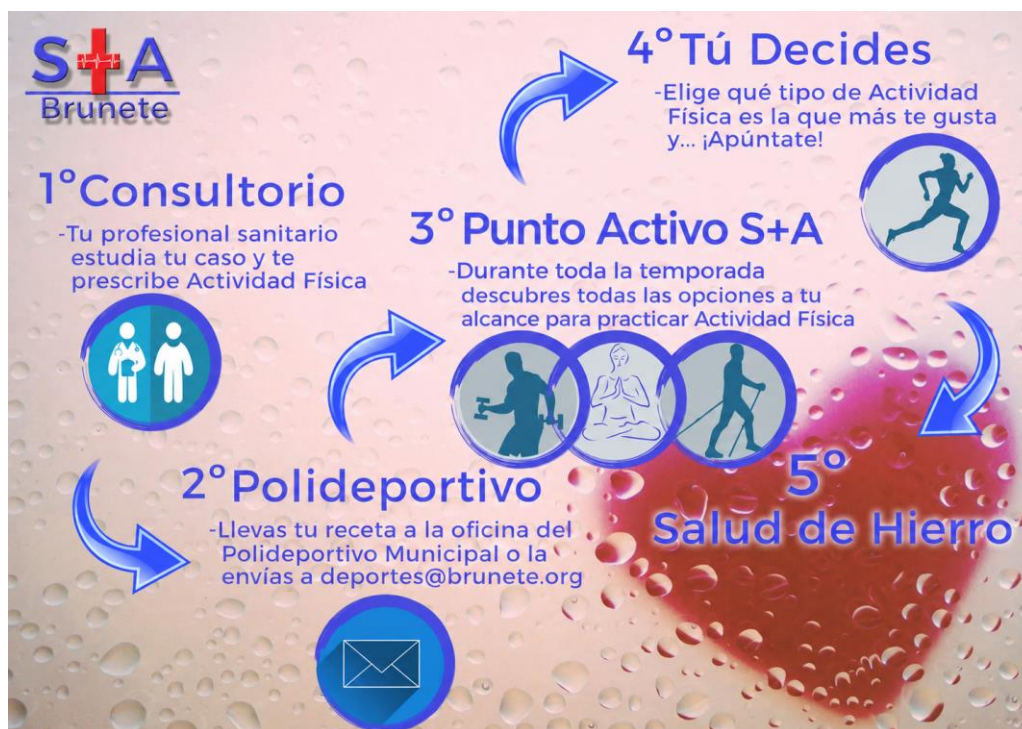


AYUNTAMIENTO DE BRUNETE

XI Edición

PROGRAMA DE COLABORACIÓN INSTITUCIONAL EN PROYECTOS DE
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD





Recursos Deportivos

Mapa de Instalaciones



Actividades Deportivas



Puntos Activos Ayto. Brunete



-  Atletismo. 678594375 - cronosvilla.atletismo@gmail.com (Cronos)
-  Fitness/Cym. 918163314 - deportes@brunete.org (Ayto. Brunete)
-  Fútbol Veterano. 610455420 - rayobrunete@gmail.com (Rayo Brunete CF)
-  Gimnasia Veteranas. 677151778 - pivotbrunete@gmail.com (Club Pivot)
-  Judo. 654922262 - comunicacion@dojoquino.com (Judo Club Brunete)
-  Pádel y Tenis. 618840728 - gestionproyectos@doesport.es (DOEsport)
-  Patinaje. 629155266 - teba@clubpatinajeb Brunete.es (Club Patinaje Brunete)
-  Piscina Cubierta. 679150169 - info@escueladenatacionbrunete.com (Espacios)
-  Tai-Chi / Kung-Fú. 608274577 - adekudiredes@gmail.com (Adekudi)
-  Voleibol. 640027155 - info@voleymaniakos.com (Voleymaniakos)
-  Actividades Deportivas - Adultos y Mayores. 918163314 - deportes@brunete.org (Ayto. Brunete)

Bádminton, Senderismo/Nordic Walking, Pilates, Mantenimiento y Zhumba

Polideportivo Municipal de Brunete "José Ramón de La Morena"
C/ Estudiantes, 1 - 28690 Brunete - 918163314 - deportes@brunete.org

Consultorio Local de Brunete
Avenida Villanueva de La Cañada, 6 - 28690 Brunete - 918158612

S+A Brunete



Punto Activo
Actividad Física Adultos

Obtén tu receta en el Consultorio Médico
Avda. Villanueva de La Cañada, 6 - Brunete 28690

Salud + Activa Brunete



Comunidad de Madrid

Dirección General de Deportes
Subdirección General de Formación Deportiva



AYUNTAMIENTO DE BRUNETE

