

"CHAPINERÍA, DEPORTE Y SALUD 2026 - 2027"

CHAPINERÍA

2.700 Habitantes

El Ayuntamiento de Chapinería impulsa el proyecto "Chapinería, Deporte y Salud 2026/27", con el objetivo principal de mejorar la calidad de vida y el bienestar mediante la integración estable de la actividad física en los estilos de vida. Está dirigido prioritariamente a adultos y mayores sanos sedentarios y/o inactivos derivados desde Atención Primaria, incorporando también una línea específica de iniciación para jóvenes de 14 a 18 años (Pregimnasio) y actuaciones vacacionales para población menor.

La intervención se articula a través del Consultorio Local, donde personal sanitario de Enfermería y Medicina aplican el consejo breve y, cuando procede, derivan a los usuarios mediante un documento estandarizado a los servicios municipales de ejercicio físico. Allí, un Promotor de Ejercicio Físico realiza un asesoramiento técnico personalizado, valoración inicial y seguimiento, acordando metas progresivas y proponiendo prácticas autónomas o dirigidas según el perfil de cada participante.

Como recurso normalizado se crean cinco Puntos Activos de ejercicio físico con sesiones periódicas semanales a lo largo de todo el proyecto: Calistenia, , Body Tonic, HIIT, Pregimnasio y Entrenamiento Funcional, en el que se formarán dos grupos en función del nivel de condición física de los participantes.

Además, se programan Actividades Especiales: actividades deportivas vacacionales en periodos no lectivos, jornadas extraordinarias de iniciación como torneos de pádel y baloncesto 3x3, y masterclass adaptadas para mayores de 60 años. También se plantean talleres de promoción de la salud orientados a hábitos saludables vinculados a la práctica física (por ejemplo, fisioterapia, suelo pélvico, nutrición o movilidad), previendo también la creación de una ruta biosaludable en la localidad.

Incorpora medidas de inclusión, como monitor con necesidades específicas de apoyo educativo en las actividades vacacionales y la adaptación de talleres y masterclass a personas con diversidad funcional, en función de la valoración sanitaria y técnica. Se contempla la posibilidad de encuentros o acciones puntuales con municipios limítrofes, manteniendo la participación abierta también a usuarios de localidades próximas.

Fechas: 16 de septiembre de 2026 a 30 de junio de 2027

Contacto: juancarlos.herranz@chapineria.madrid

Más información: www.chapineria.madrid





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

