Comunidad de Madrid

Medios de Comunicación

Este curso participan en la iniciativa piloto un total de 18 colegios públicos e institutos y 76 profesores de la región

La Comunidad de Madrid estrena el proyecto Centros Activos y Saludables para luchar contra el sedentarismo en el entorno escolar

- El objetivo es promover hábitos de vida beneficiosos para la salud y alternativas de ocio activo
- Los docentes diseñarán, junto a las familias, actividades sobre higiene, salud, nutrición y ejercicio físico

6 de noviembre de 2021.- La Comunidad de Madrid ha puesto en marcha el proyecto piloto Centros Activos y Saludables (CAS) para promover hábitos de vida sanos y alternativas de ocio activo entre el alumnado. Se trata de una iniciativa que reúne este curso a 17 institutos y un colegio público de la región, así como a 76 docentes, y que se lleva a cabo tras los informes de la Organización Mundial de la Salud -OMS- que indican una creciente tendencia al sedentarismo y sobrepeso entre la población más joven.

A través del programa iniciado este mes de noviembre, el Gobierno regional quiere que las actividades cuenten con la presencia de diferentes departamentos de los colegios e institutos. De este modo, se evaluará primero la situación de los participantes en el ámbito de los estilos de vida saludables, diseñando un plan de actuación para la educación en este ámbito y aplicar acciones para potenciar la actividad física y la salud, junto a un ocio alternativo.

Para ello, los profesores recibirán una formación que posteriormente utilizarán para enseñar a los alumnos estilos de vida beneficiosos para la salud. Además, junto a las familias se organizarán actividades voluntarias, tanto a propuesta del centro como del programa anual de actividades de la ONG Deporte para la Educación y la Salud, que colabora en este proyecto piloto. Durante este curso, esta entidad ha convocado el Reto para Centros Activos y Saludables en el que los alumnos sumarán kilómetros de salud mediante la actividad física y la nutrición recomendable.

Así, las propuestas mensuales a las que pueden adherirse los integrantes del CAS en el programa son, por ejemplo, correr los 42 kilómetros de una maratón en varios días, crear recetas sanas o el día sin ascensor en la escuela.

Por último, el proyecto tiene una visión de trabajo de colaboración entre centros y de internacionalización, pudiendo competir en distintas iniciativas planificadas por la Comisión Europea y otras instituciones de prestigio, como es el caso del *European Mile*, que tiene lugar en junio en el que se pueden donar millas para un fin solidario.