



« PRESCRIPCIÓN MUNICIPAL DE EJERCICIO FÍSICO DEL AYUNTAMIENTO DE PEDREZUELA CON TALLER DE INICIACIÓN »

PEDREZUELA
6.400 habitantes

Se trata de fomentar la práctica de actividad física desde el Centro sanitario del municipio, en colaboración con los servicios municipales de ejercicio físico, para promover la participación de los vecinos con más incidencia de sedentarismo y/o inactividad física, y con el objetivo último de mejorar la salud de la población.

La propuesta persigue normalizar un proceso de motivación y acceso a la práctica de actividad física en personas sedentarias y/o inactivas. Es decir, es una herramienta para facilitar el cambio de comportamiento del usuario, y no, una medicalización de la actividad física.

Desde el Consultorio de la localidad se derivará a personas sedentarias y/o inactivas a los servicios municipales de ejercicio físico, donde el Promotor aplicará un proceso de asesoramiento técnico personalizado e indicará las herramientas de intervención que considere oportunas en función de cada usuario.

En este proyecto, se incluye como herramienta de intervención específica normalizada, dos Talleres de Iniciación de forma que habrá un grupo para el turno de mañana y otro para el turno de tarde.

Además, los promotores de actividad física podrán contar con la diversa y numerosa oferta municipal de actividades, sala de musculación, así como las rutas saludables del municipio, como son las de Metrominuto Pedrezuela, entre otras.

Como objetivo general del proyecto se plantea mejorar la calidad de vida y bienestar de la población del municipio de Pedrezuela a través de la integración de la práctica de actividad física y ejercicio físico en sus estilos de vida.

La ejecución del proyecto se plantea para el periodo comprendido entre el 1 de octubre de 2024 y el 30 de junio de 2025.

Fechas: [de octubre de 2024 a junio de 2025](#)

Contacto: ayuntamiento@pedrezuela.info

Más información: www.pedrezuela.org

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

