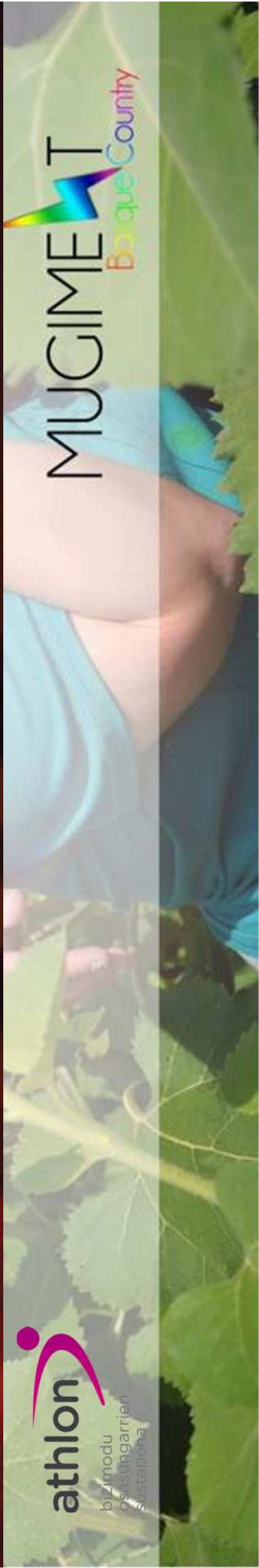




MUGIMENT  
Basque Country



athlon  
bizimodu  
osasungarrien  
sustapena

MUGIMENT  
Basque Country

# PROYECTO PARA CREAR UNA SOCIEDAD MÁS ACTIVA



QUÉ ✓  
CÓMO ✓  
POR QUÉ



# OBJETIVO

## PERSONAS MÁS ACTIVAS y MENOS SEDENTARIAS



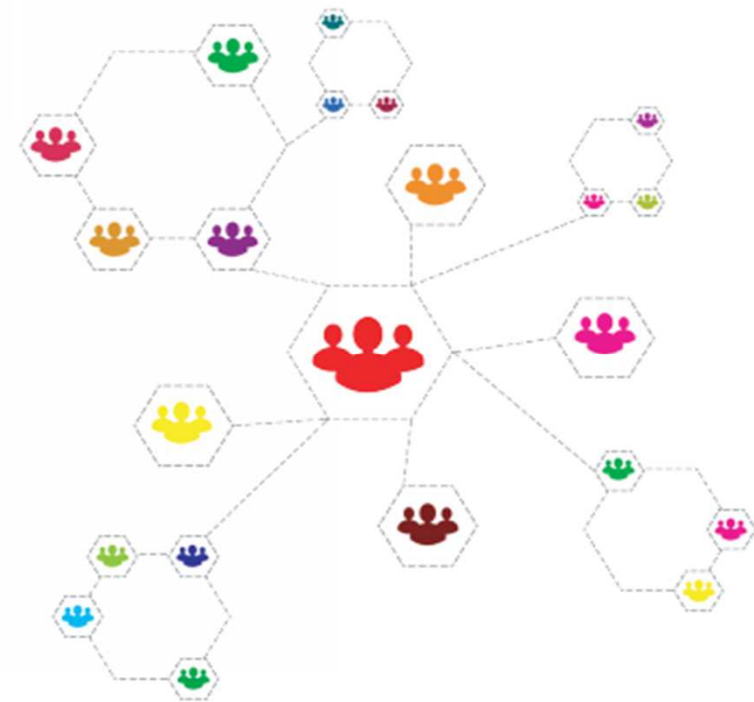
AUMENTAR la  
ACTIVIDAD FISICA



REDUCIR el  
SEDENTARISMO

**UDALERRIA** da Mugiment proiektuaren aplikazioaren ardatz nagusia. Proiektua zortzi estrategiatan egituratuta dago,

eta, horietatik, **MUGISARE** da nagusiena





ACTIVIDAD FÍSICA  
MÁS ALLÁ  
DEL DEPORTE

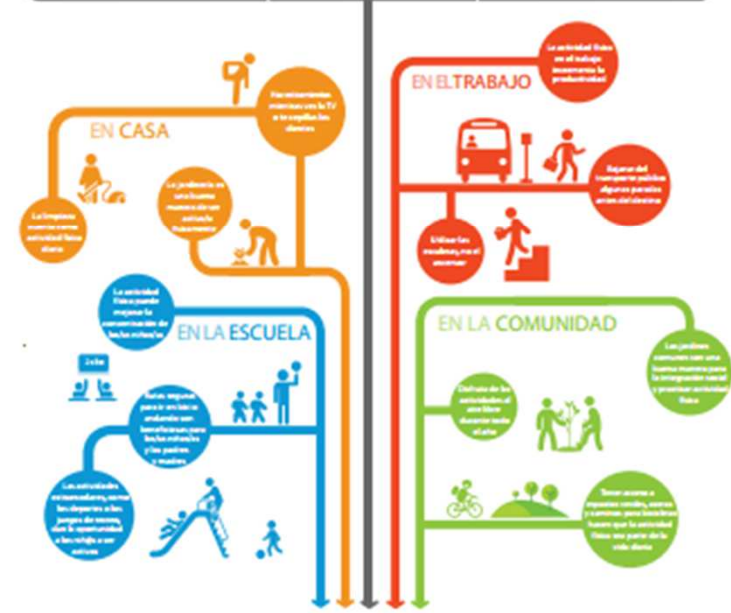
COLABORACIÓN  
INTERSECTORIAL

# CONCEBIR LA ACTIVIDAD FÍSICA MÁS ALLÁ DEL DEPORTE

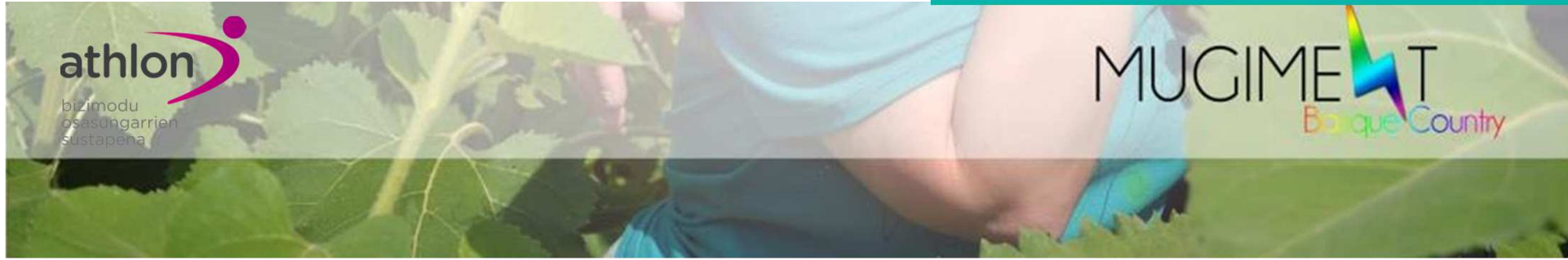
Haz que la actividad física sea parte de tu vida diaria en todas las etapas de la vida



<p><b>6 DE CADA 10</b></p> <p>personas en la Unión Europea mayores de 15 años nunca o raras veces realizan actividad física</p>	<p>Cada año en la Región Europea de la OMS, la inactividad física causa aproximadamente</p> <p><b>1 MILLÓN DE MUERTES</b></p>	<p>Recomendaciones de la OMS para la actividad física de intensidad moderada a vigorosa</p> <p><b>150 minutos</b> a la semana (adultos)</p> <p><b>60 minutos</b> al día (niños/a)</p>
---	---	---



PRACTICAR ACTIVIDAD FÍSICA REGULARMENTE DURANTE TODA LA VIDA PERMITE VIVIR UNA VIDA MEJOR Y MÁS LARGA







## DEPORTE



## ACTIVIDAD FÍSICA






ENTRADA

NOTICIAS

LA FEDERACIÓN

CLUBES

ENLACES

PATROCINADORES

CONTACTO

TWITTER @ETXF\_FVC



Samitier (Lizarte) cierra con victoria en Zaldibia el Lehendakari que gana Gotzon Martín (Fundación Euskadi - EDP)

<https://t.co/bYkAZk4q0t>



Óscar Rodríguez encabeza el doblete de Lizarte en Oñati.

<https://t.co/OnKKo8WgWB>

NOTICIAS DESTACADAS



18/09/2016

**Samitier (Lizarte) cierra con victoria en Zaldibia el Lehendakari que gana Gotzon Martín (Fundación Euskadi - EDP)**

Sergio Samitier ha vencido en el VI. Zaldibia Sari Nagusia al imponerse al sprint en un grupo reducido

Actividad 2011

<b>Licencias deportistas</b>	7.196	<b>% del total</b>	4,4%	con
<b>Licencias por sexo</b>	<b>Mujeres</b> 261	4%	<b>Hombres</b> 6.935	96%

Estudio de situación de las federaciones vascas 2011. Gobierno Vasco



# Impulsamos la bicicleta para favorecer la actividad física

como parte de una vida saludable

## Usamos la bici



Curso de aprender a andar en bici

16 septiembre 2016 | Categorías: Cursos | Sin comentarios

## Reivindicamos



Dia sin coches

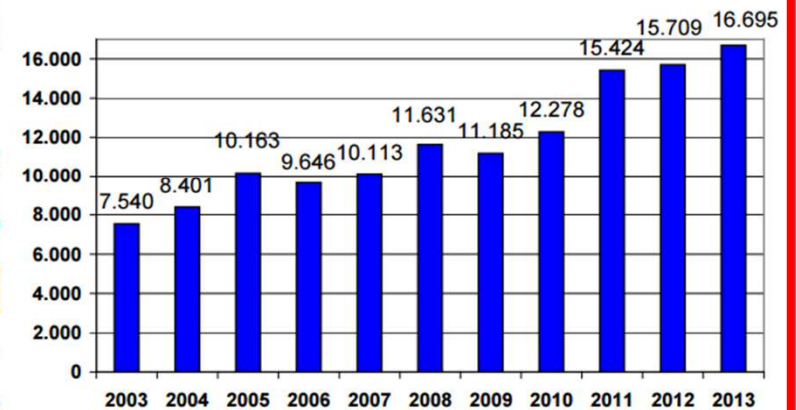
19 septiembre 2016 | Categorías: Marcha | Sin comentarios



Semana de la Bicicleta

19 septiemb

Evolución 2003-2013: N° de movimientos por día (Abril-Octubre)



Observatorio de la bicicleta de San Sebastián. Memoria 2013

# COLABORACIÓN INTERSECTORIAL

## Trabajar juntos



PROMOCIÓN  
DE LA SALUD



SALUD EN TODAS  
LAS POLÍTICAS



PROMOCIÓN DE LA  
ACTIVIDAD FÍSICA



PLANTEAMIENTO  
INTERSECTORIAL

# PLAN DE SALUD 2013-2020

## ÁREA PRIORITARIA 5

### ENTORNOS Y CONDUCTAS SALUDABLES

IMPULSAR LA PROMOCIÓN DE LA SALUD, LOS ENTORNOS Y LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES MEDIANTE LA **COLABORACIÓN INTERSECTORIAL** EN LOS ÁMBITOS LOCAL Y COMUNITARIO.

### OBJETIVOS Y ACCIONES

#### OBJETIVO 5.1. ACTIVIDAD FÍSICA

Promover la práctica de actividad física de la población, siguiendo las pautas y estrategias definidas en el Plan de Actividad Física de Euskadi.

# DIRECTRICES DE ACTIVIDAD FÍSICA DE LA UE

## 2. UN ENFOQUE TRANSVERSAL

Muchas autoridades públicas con presupuestos importantes están involucradas en la promoción de la actividad física...

Un incremento de los niveles de actividad física de la población cae dentro de las competencias de varios sectores importantes, siendo el sector público uno de los componentes principales en la mayoría de ellos:

- Deporte
- Salud
- Educación
- Transporte, medio ambiente, planificación urbana y seguridad pública
- Entorno de trabajo
- Servicios para ciudadanos mayores

# RECOMENDACIÓN DEL CONSEJO EUROPEO SOBRE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

## RECOMIENDA a los Estados miembros:

1) Trabajar en políticas eficaces en materia de AFBS, impulsando un **planteamiento intersectorial** que englobe ámbitos políticos como el deporte, la salud, la educación, el medio ambiente y el transporte, tal como se describe en las Directrices de actividad física de la UE...



# MUGISARE

## Crear redes locales para la coordinación de acciones y estrategias

### GRUPO PROMOTOR



### MUGISARE O RED EXTENDIDA



### CIUDADANÍA



ARABA
Vitoria-Gasteiz
Kuartango
Urkabustaiz
Zuia

BIZKAIA
Bilbao
Durango
Ermua
Gordexola
Getxo
Sestao

GIPUZKOA
Donostia-San Sebastián
Aretxabaleta
Lezo
Ordizia
Orio
Renteria

ARABA

BIZKAIA

GIPUZKOA

**20 MUGISARES NUEVOS  
ADHERIDOS EN 2017**