

Especial Mensual
Municipios Activos para una Provincia Activa

Urbanismo y Movilidad Activa. Deporte vinculado a espacios y comunidades sostenibles



Manual Municipios Activos

Capítulo 7: Urbanismo Interactivo



[+Info](#)

Tendencias: Modelos Urbanísticos para favorecer el deporte. El Mundo

Fomentar el ejercicio físico y luchar contra el sedentarismo ya forma parte de los planes urbanísticos de las ciudades para alcanzar un modelo de vida más sostenible y que busca mejorar el bienestar físico y mental del ciudadano (...)



[+Info](#)

Tendencias: Deporte y desarrollo de la ciudad andaluza. Murua: Ecosistema Activo

El deporte ha estado presente en las ciudades y pueblos de Andalucía prácticamente desde su surgimiento. Junto con la evolución de las ciudades se ha dado una evolución del propio concepto de deporte y su consideración como hecho social (...)



[+Info](#)

Sigue su ejemplo. Nuevos carriles bici e itinerarios escolares seguros en El Ejido Norte

Dos nuevos carriles bici que conectan la zona sur con la norte, anillando toda la ciudad, nuevos pasos de peatones, señales luminosas y marcas viales en el entorno de los centros educativos de Ejido Norte. Con esta actuación el ayuntamiento promueve la "cultura de la movilidad sostenible" y fomenta hábitos de vida saludables(...)



[+Info](#)

Sigue su ejemplo: Semana Europea de la movilidad. Ayuntamiento de Almería

"La Semana Europea de la Movilidad refleja el sentir del Área de Ciudad Activa, Movilidad Urbana y Deporte del Ayuntamiento de Almería. Queremos fomentar la vida activa entre los almerienses, promocionar las modalidades de transporte más sostenibles, especialmente caminar y, por ende, contribuir a la eficiencia energética" (...)



[+Info](#)

Sigue su ejemplo. "En bici y caminando al cole". Ayuntamiento de Almería



El Ayuntamiento inicia un proyecto piloto para fomentar el desplazamiento en bicicleta y a pie a cinco centros de enseñanza que se desarrollará en el primer trimestre del curso (es decir, hasta final de 2023), pondrá las herramientas para que ese desplazamiento activo al colegio se haga realidad (...)

[+Info](#)

Turismo con base deportiva. Deporte vinculado a la promoción del territorio



LA DESÉRTICA 2023

La quinta edición de La Desértica llega como la más ambiciosa de su exitosa historia. Se batirán todos los récords de participación con 6.750 inscritos que concurrirán en las dos modalidades competitivas de la carrera, marchadores y bici de montaña, y una tercera con recorrido para bicis eléctricas sin competición (...)

[+Info](#)

XVI Ruta del Coral "Costa de Almería" Almería

La XVI edición de la Ruta del Coral "Costa de Almería" es una competición de vela de la clase Crucero ORC que se disputó en agosto en la Bahía de Almería y que fue además puntuable para la Copa de España y el Campeonato de Andalucía de la Clase Crucero (...)



[+Info](#)

XX Torneo de Golf Challenge 2023 Roquetas de Mar

Se disputó del 7 al 10 de septiembre en el Club de Golf Playa Serena el torneo de golf más importante que se ha celebrado en la provincia. Un evento que trata de impulsar el turismo deportivo ofreciendo a la provincia de Almería como un destino de calidad (...)



[+Info](#)

Proyecto "Active Running Cities" Real Federación Española de Atletismo

El presidente de la RFEA, Raúl Chapado, ha asegurado que, "este proyecto amplía el alcance del atletismo más allá de los estadios a través de la promoción de eventos que generen un impacto económico y social positivo en las ciudades y las comunidades locales"(...)



[+Info](#)

Sigue su ejemplo Parque de Aventura de Enix

Una de las actividades más demandadas en el Proyecto de Multiaventura de Diputación para este otoño. Se trata de una instalación permanente que cuenta con 53 retos en tres niveles de dificultad y 2 Tirolinas, además de otras actividades complementarias (...)



[+Info](#)

Tendencias: Turismo deportivo en España



El desembolso agregado de los turistas que, en su visita al país, hicieron deporte se disparó un 70% en 2022 y ya es un 11,3% más que antes de la pandemia. El senderismo y montañismo fueron las actividades más beneficiadas ya que representan la mitad del gasto (...)

[+Info](#)

Be Active. Deporte vinculado a la salud de la ciudadanía



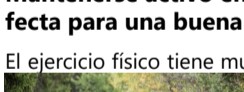
POLÍTICAS DE BIENESTAR SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA GLOBAL WELLNESS INSTITUTE

La organización sin fines de lucro GWI, recurso educativo y de investigación líder para la industria global del bienestar, lanzó el kit de herramientas de políticas de bienestar sobre actividad física, que profundiza en lo que está impulsando los crecientes niveles de inactividad física en todo el mundo

[+Info](#)

Mantenerse activo en la vejez: la receta perfecta para una buena calidad de vida

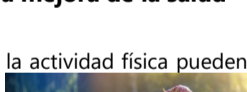
El ejercicio físico tiene muchos beneficios para la salud, pero es aún más importante moverse cuando se llega a la edad anciana para evitar problemas de movilidad, así como ejercitar la mente (...)



[+Info](#)

El deporte contribuye a la mejora de la salud mental y psicológica

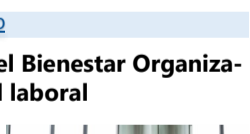
"El deporte en su conjunto y la actividad física pueden ser particularmente beneficiosos para la salud física y mental", según un estudio realizado entre deportistas adultos (...)



[+Info](#)

El papel del Deporte en el Bienestar Organizacional y la Productividad Laboral

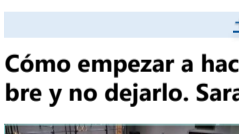
En el mundo de hoy, con el constante incremento del trabajo sedentario y estresante, la salud de los trabajadores se ha convertido en un tema de gran preocupación (...)



[+Info](#)

Cómo empezar a hacer ejercicio en septiembre y no dejarlo. Sara Tabares

El reto es conseguir disfrutar del ejercicio, que forme parte de un hábito diario y, para que esto ocurra, hay que empezar por analizar los principales motivos de abandono (...)



[+Info](#)

Integrar el ejercicio aeróbico con el de fuerza es clave para la salud



El National Health Service (Servicio de Salud de Inglaterra, NHS) establece cuatro pautas claves para la mejora de la salud: los ejercicios de fuerza, el ejercicio moderado o vigoroso, hacer esta práctica de forma uniforme y evitar la inactividad (...)

[+Info](#)

#BEACTIVE

Almería








Conoce #BEACTIVE de la Diputación de Almería: