



PROGRAMA DE SALUD ESCUELAS DE DEPORTE SALUD PARA ADULTOS Y MAYORES 2021

Este proyecto pertenece al **PROGRAMA DE SALUD, del Plan Provincial de Deporte de la Excm. Diputación de Almería**, que organiza el Área de Deportes y Juventud. Esta actuación de Deporte para la Salud tiene la vocación de generar un ambiente favorable a la práctica de la actividad físico deportiva entre la población adulta, promoviendo y fomentando hábitos saludables a través de propuestas de actuación que favorezcan la toma de conciencia ciudadana en cuanto a los beneficios que esta práctica les reporta para su estado de salud integral presente y futuro.

Este programa está dirigido a todos los Ayuntamientos de la provincia de Almería **menores de 2.000 habitantes**. La solicitud se realizará a través de la Oficina virtual, ubicada en nuestra web en www.dipalme.org de conformidad con lo indicado en el art. 14.2 de la Ley 39/2015, de 1 de octubre, del Procedimiento Administrativo Común de las Administraciones Públicas. **FECHA LÍMITE DE SOLICITUD: 19 de mayo de 2021.**

Carga lectiva y temporalización:

Se realizarán un máximo de 12 sesiones de 1 hora de duración de lunes a sábado (mañanas o tardes).

Contenidos / Sesiones:

Estas sesiones tendrán la estructura básica de calentamiento, trabajo aeróbico, tonificación y vuelta a la calma.

Ejemplo de sesiones:

COORDINACIÓN MOTRIZ GENERAL	
<ul style="list-style-type: none"> - Baile terapéutico. - Trabajo de autocargas con fichas. - Estiramientos estáticos. - Higiene postural y relajación. 	
MEMORIA Y ATENCIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> - Baile terapéutico. - Juego de fuerza y ritmo. - Trabajo de tonificación muscular y memoria. - Técnicas de respiración. 	
EJERCICIO EN CASA	
<ul style="list-style-type: none"> - Baile terapéutico. - Trabajo de tonificación en casa. - Ejercicios de descarga. - Técnicas de relajación corporal. 	
CUIDO MI ESPALDA	
<ul style="list-style-type: none"> - Baile terapéutico. - Trabajo de tonificación espalda y abdomen. - Ejercicios de corrección postural. - Estiramientos aconsejados. 	
CONTACTO	
<p>Zona 1: Alhama de Almería C/ Artes de Arcos Marco, s/n. 04400. Teléfonos: 950 601 070 - 950 601 071 - 950 601 072 deporteszona1@dipalme.org</p>	<p>Zona 2: Tabernas C/ Reyes Católicos, s/n. 04200. Teléfonos: 950 365 702 – 950 365 636 deporteszona2@dipalme.org</p>
<p>Zona 3: Olula del Río Avenida Ver de Olula, s/n. 04860. Teléfonos: 950 443 119 – 950 443 120 – 618 310 605 deporteszona3@dipalme.org</p>	<p>Zona 4: Vera Plaza Mayor s/n - Edificio Usos Múltiples, 3ª planta - 04620 Teléfonos: 950 393 238 - 950 393 239 deporteszona4@dipalme.org</p>



SOLICITUD PROGRAMA DE SALUD ESCUELAS DE DEPORTE SALUD PARA ADULTOS Y MAYORES 2021

El Ayuntamiento de [REDACTED] en su representación, D./Dña. [REDACTED] como Alcalde / Alcadesa, **SOLICITA** la colaboración y coordinación de la Diputación de Almería, Área de Deportes y Juventud, para la realización del **Proyecto Escuelas de Deporte Salud para Adultos y Mayores**.

ESCUELAS DE SALUD PRESENCIALES (12 SESIONES) 200€

ACTUACIÓN	NOMBRE INSTALACIÓN DIRECCIÓN	DÍA SEMANA	MAÑANA	TARDE
E.S. PRESENCIAL EN SALA				
PARA 2 JORNADAS EN PARQUE BIOSALUDABLE				

FIRMA

EN [REDACTED], A [REDACTED]

(FIRMA DEL INTERESADO O REPRESENTANTE)

PROTECCIÓN DE DATOS

De conformidad con la normativa de protección de datos personales, le informamos que los datos personales que se recogen en este formulario serán objeto de tratamiento en la actividad ACTIVIDADES DEPORTIVAS responsabilidad de DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE ALMERÍA con la finalidad de GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD DE FOMENTO, ANIMACIÓN Y PROMOCIÓN DEL DEPORTE EN EL ÁMBITO DE LA PROVINCIA DE ALMERÍA. ASÍ COMO EL USO Y GESTIÓN DEL PABELLÓN MOISÉS RUIZ. ,en base a la legitimación de OBLIGACIÓN LEGAL. [Más información sobre Protección de Datos personales](#) en este enlace, en el apartado de privacidad de www.dipalme.org o bien en la oficina de información o dependencia donde realice su gestión. Puede ejercitar los derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición y limitación, siguiendo las indicaciones facilitadas, previa acreditación de su identidad.

Con la firma de este formulario, confirmo que he sido informado sobre el tratamiento de mis datos personales para la actividad ACTIVIDADES DEPORTIVAS.





CRITERIOS DE CUMPLIMIENTO DEL AYUNTAMIENTO
PROYECTO ESCUELAS DE DEPORTE SALUD PARA ADULTOS Y MAYORES
EDICIÓN 2021

Este Ayuntamiento se **compromete** a:

1. Abonar la cantidad de **doscientos euros (200€)** por las 12 jornadas del servicio de monitores/animadores a la Diputación provincial (**IBAN ES63 3058 0199 4827 3200 0063**) antes del inicio de la actividad, debiendo indicarse en el ingreso el concepto: **Escuelas de Deporte y Salud para Adultos y Mayores 2021.**
2. Nombrar un **responsable municipal** de control de la actividad, que facilitará a la empresa prestataria del servicio, los recursos necesarios para la correcta ejecución de la misma, debiendo coordinarse con la **Oficina Gestión Zonal de Coordinación de Zonas**, ante cualquier imprevisto o modificación de fechas.
3. El municipio deberá cumplir los criterios técnico sanitarios establecidos desde la coordinación de zonas relativos a la instalación deportiva o el espacio escogido para poder adscribirse a las actuaciones señaladas
4. El Ayuntamiento confeccionará un **listado de participantes** que será **enviado**, al mail de Coordinación de Zonas, cooperaciondeportiva@dipalme.org con **tres días** de antelación al inicio de la primera jornada. Se contará con la confirmación de la Oficina de Gestión Zonal de Deportes, para la realización de esta actividad.
5. Las personas interesadas en participar deberán rellenar **la hoja de inscripción correspondiente, así como el consentimiento informado**, sin ninguno de los cuales, no podrá participar bajo ningún concepto en el desarrollo de la actividad. Las actividades estarán dirigidas principalmente a los **mayores de 55 años.**
6. El número de participantes tanto mínimo y máximo, estará condicionado por las medidas de la sala y por las medidas sanitarias en el momento del desarrollo de la escuela de salud, según el BOJA.
7. Facilitar una **instalación deportiva, (que reúna las características exigidas en cumplimiento de los protocolos sanitarios), con una superficie mínima 4 m²** por participante. Sólo se admitirá una sede por municipio y no podrá modificarse la instalación propuesta salvo causa de fuerza mayor.
Además, deberá disponer de los medios suficientes en aspectos técnicos como higiénicos de acuerdo a las medidas COVID19, punto de luz, ventilación, distancias de seguridad, material higiénico sanitario, otras que se determinen para desarrollar adecuadamente la actividad.
8. Prever, con anterioridad a la realización de la actividad, las medidas oportunas para evacuar, en caso necesario y con la mayor celeridad, a cualquier accidentado al Centro de Salud más próximo.
9. A realizar y enviar la memoria de participación a los equipos técnicos zonales en el plazo de 10 días desde la finalización de la actividad, en el modelo facilitado por la Diputación de Almería.
10. Colocar, en sitio visible, los soportes promocionales (carteles) facilitados por el Área de Deportes y Juventud de la Diputación de Almería, así como cartelería informativa sobre protocolos sanitarios frente a la COVID 19.

FIRMA

EN , A

(FIRMA DEL INTERESADO O REPRESENTANTE)