Usurbil goazen kalera

Red adscrita Euskadi Aktiboa

Temas

Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física, Salud comunitaria.

Descripción

SARRERA ETA HELBURUAK: Usurbil goazen kalera 2016. urtean hasi zen eta helburu nagusia ariketa fisikoa sustatzea da eta horretarako, oinezkoen taldeak antolatzen dira. Hori guztia, 65 urtetik goragoko pertsonen ongizate fisiko eta mentala hobetzeko asmoz. Dena den, proiektu honetan komunitateko aktiboek izan duten protagonismo progresiboari esker, osasun-sustapeneko proiektu batean eraldatu da, neurri guztietan: integratzailea, komunitate eraikitzailea, partaide izatearen sentimendua sortazten duena eta izaera propioa duena. Horrela, proiektuaren xedea partaidetza sustatzea da eta baita giza- eta gizarte- garapena ere, herritarren arteko kohesioa eta ongizatea lortzeko ikuspuntutik.

JARDUERAK: Programaren barruan jarduera garrantzitsuena ariketa fisikoa egitea da, eta astero, taldeko irteerak antolatzen dira. Batez ere, normalean ariketa fisikorik egiten ez duten pertsonak sustatzea da xedea, eta baita desgaitasunak dituzten pertsonek parte hartzea ere. Hori dela eta, diseinatu diren ibilbideak errazak, lauak eta herrigunean bertan dira. Dena den, zailtasun handiagoko ibilbideak ere diseinatu dira. Era berean, ibilbide horiek beste pertsonekin erlazionatzea ahalbidetzen dute. Horien antolaketa Udalaren eta beste organismo batzuen artean egiten da. Partaide bakoitzari txartel bat ematen zaio, parte hartzen duen ibilaldi bakoitzean zigilatuko dena. Ibilaldiak hamaiketako batekin bukatzen dira Artzabalen, parte-hartzaileen arteko sozializazioa ahalbidetu eta errazten duena. Horretaz gain, programaren barruan hitzaldiak eta jarduera hezigarrik antolatu dira, besteak beste, erorikoak saihesteko tailerra edo herria hobeto ezagutzeko egindako ibilbide gidatuak.

PARTE-HARTZAILEAK: Proiektua burutzea ahalbidetu duen taldean herritarren, instituzioen eta errekurtso teknikoen ordezkariak daude eta zehazki ondorengoak aipa genitzake: Hurbilago Merkatari eta Ostalari elkartea, Gure elkartea, Gure Pakea eta Arrate jubilatu elkarteak, DYA, Odol Emaileak, Osakidetza y Tolos-Goierriko Osasun Publikoko eskualdea.

BESTE DATU INTERESGARRI BATZUK: Proiektuak bilakaera bat izan du, hasiera batean adineko biztanleriarekin loturarik ez zutela uste genuen komunitateko eragile berriak sartu direlako. Udarregi ikastola eta Lanbide hastapeneko ikasleei esker Usurbil Goazen Kalera sendotu egin da. Adinekoei zuzendutako osasun-sustapeneko proiektu batek komunitate osoari on egiten diola erakutsi digute. Usurbil goazen kalera komunitate osoari irekita dagoen prozesua da. Parte hartzeko edo informazio gehiago lortzeko Artzabalera etor zaitezke, asteazkenero, 11:00etan edo jarri gurekin harremanetan

Contacto

Maria - 943377110 - gizarte-zerbitzuak@usurbil.eus

Fecha de última actualización del recurso

22/03/2019

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Calle Puntapax Kalea, 8, 8 20170 Usurbil Gipuzkoa Euskadi España



Página web del proyecto

http://www.usurbil.eus