

GOBIERNO DE NAVARRA

PRESIDENCIA, ADMINISTRACIONES
PÚBLICAS E INTERIOR

ECONOMIA Y HACIENDA

CULTURA, TURISMO Y RELACIONES
INSTITUCIONALES

EDUCACION

SALUD

POLÍTICA SOCIAL, IGUALDAD,
DEPORTE Y JUVENTUDDESARROLLO RURAL, INDUSTRIA,
EMPLEO Y MEDIO AMBIENTE

FOMENTO Y VIVIENDA

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

El pasado mes de mayo comenzó la 10ª campaña mujer y deporte “Quiérete, haz deporte”

Esta iniciativa visita varias localidades de Navarra con el fin de promover entre las mujeres la salud y las actividades deportivas

Martes, 19 de junio de 2012

El pasado 28 de mayo ha dado inicio una nueva edición de la campaña mujer y deporte “Quiérete, haz deporte”, que organiza el Gobierno de Navarra.

Esta iniciativa visita distintas localidades de la Comunidad foral y tiene por objeto la promoción de la mujer en el campo de la salud y de las actividades deportivas.

La campaña ha recorrido ya Tafalla (28 mayo), Lerín (30 de mayo) y Dicastillo (14 junio). La próxima citas en este mes de junio será Isaba, el día 27.

Tras el periodo vacacional de julio y agosto, la actividad se retomará en septiembre, con visitas a Noáin (17), Barañáin (18), Beriáin (19), Villava (20). En el octubre, la campaña llegará a Olite, el día 5. (Ver cuadro adjunto de fechas y actividades)

Además, la campaña visitará las localidades de Alsasua, Artajona, y el módulo de mujeres del Centro Penitenciario de Pamplona, en fechas todavía por concretar.

El Gobierno de Navarra ha destinado 17.000 euros al desarrollo y ejecución del programa.

Stand de atención personal y charla informativa

La nueva edición seguirá el formato de ediciones anteriores, programando en cada localidad ambas actividades (un stand para el control de peso, talla, índice de masa corporal y recomendaciones personales en relación a la alimentación y actividad física, y una charla informativa relacionada con la práctica del deporte y la alimentación), si bien en esta ocasión la charla será en euskera en aquellas localidades que lo soliciten y la atención en el stand también se hará en euskera y castellano según la demanda. El tema de la charla es: “La influencia de la alimentación y la práctica de la actividad física en la prevención de la obesidad, osteoporosis, y enfermedades cardiovasculares”.

6.000 personas han participado en las nueva ediciones anteriores

La campaña de Mujer y Deporte surgió en el año 2003 con la idea de

dar a conocer a la población femenina navarra los beneficios que aporta la práctica de la actividad física y de una alimentación equilibrada en la salud física y psíquica de las mujeres en edades comprendidas entre los 30 y los 90 años.

En sus nueve años de andadura, esta campaña ha visitado la zona norte, media y sur de Navarra, acercándose a más 70 localidades, a varias asociaciones de mujeres y al módulo de mujeres del Centro Penitenciario de Pamplona. En torno a 6.000 personas, en su mayoría mujeres, han visitado en pasadas ediciones el stand donde se les pesa, mide y calcula el índice de masa corporal, y donde dietistas y nutricionistas les asesoran sobre las pautas de una alimentación equilibrada y sobre los beneficios de la práctica deportiva.

En los cinco últimos años se ha incluido una charla sobre la importancia de la alimentación y la práctica deportiva en la prevención de la obesidad, la osteoporosis y las enfermedades cardio-vasculares, impartida por profesionales y muy bien valorada por la población femenina a la que se dirige.