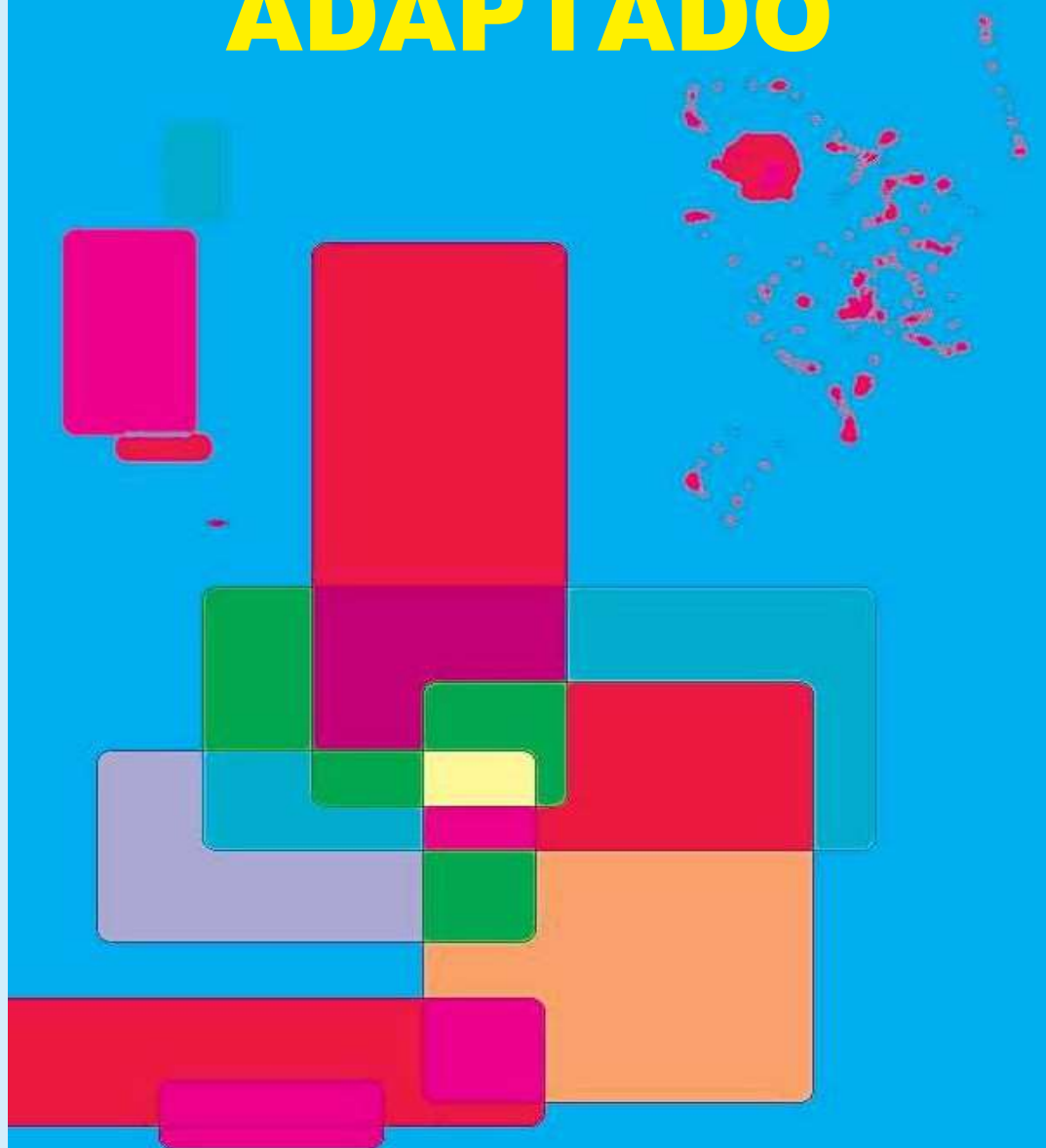


Premios Estrategía Naos - edición 2024

"la promoción de la práctica de actividad física
en el ámbito familiar y comunitario"

MOLINA DEPORTE ADAPTADO



**Programa Municipal para la Promoción de la
Actividad Física Saludable en Personas con
Discapacidad y/o Enfermedades Raras**



Ayuntamiento de
Molina de Segura
CONCEJALÍA DE
DEPORTE Y SALUD

ÍNDICE

	MODALIDAD DEL PREMIO AL QUE OPTA	Pág.
I	TÍTULO DEL PROGRAMA	2
II	DATOS DEL SOLICITANTE	
III	DATOS DE LA INSTITUCIÓN	
IV	DESCRIPCIÓN DETALLADA DEL PROGRAMA	3
	4.1 PRÓLOGO. EMOCIONES REALES	
	La visión de una Familia	
	Un viaje hacia la Inclusión	
	Emoción de Trabajo	
	4.2 PRESENTACIÓN	
V	OBJETIVOS, RECURSOS, MATERIAL Y MÉTODOS UTILIZADOS PARA SU DESARROLLO	9
	5.1 Objetivos	
	5.2 Recursos: Humanos	
	5.3 Recursos: Instalaciones	
	5.4 Recursos: Materiales	
	5.5 Metodología empleada	
VI	IDENTIFICACIÓN DE LAS ACTUACIONES QUE SE ESTÁN REALIZANDO	11
	6.1 Acciones de Temporada. Natación y Polideportiva Básica Adaptada	
	6.2 Acciones de Estacionales. Multideporte Verano	
	6.3 Número de usuarios y usuarias por acciones	
	6.4 Acciones Puntuales. Eventos deportivos y Formaciones	
VII	IMPLICACIÓN Y SINERGIAS DE LOS DIFERENTES SECTORES QUE PARTICIPAN	16
VIII	INCORPORACIÓN DE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO Y EQUIDAD	18
IX	EVALUACIÓN DEL PROCESO Y RESULTADOS: METODOLOGÍA, INDICADORES Y EL IMPACTO SOBRE LA POBLACIÓN DIANA	20
	9.1 Evaluación actividades acuáticas	
	9.1.1 Otros datos sobre el programa de Natación Adaptada	
	9.2 Evaluación polideportiva básica	
	9.3 Evaluación multideporte adaptado	
	9.4 Evaluación programa Molina Deporte Adaptado	
X	CONTINUIDAD DEL PROYECTO PREVISTA EN LOS PRÓXIMOS AÑOS Y LA FINANCIACIÓN ECONÓMICA CON LA QUE SE CUENTA PARA DESARROLLARLO	28
XI	EL PLANTEAMIENTO INNOVADOR Y ORIGINAL	30
XII	INCLUSIÓN DE CRITERIOS DE SOSTENIBILIDAD Y RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS DE LA AGENDA 2030	31



MODALIDAD DEL PREMIO AL QUE OPTA

Categoría: PREMIO NAOS A LA PROMOCIÓN DE LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN EL ÁMBITO FAMILIAR Y COMUNITARIO **2024.**

1. TÍTULO DEL PROGRAMA

MODEA (Molina Deporte Adaptado)

Programa Municipal para la promoción de la actividad física saludable en personas con discapacidad y enfermedades raras.

2. DATOS DEL SOLICITANTE DEL PREMIO.

Nombre:

Apellidos:

DNI/pasaporte:

Teléfono/móvil:

Correo electrónico:

3. DATOS INSTITUCIÓN SOLICITANTE DEL PREMIO.

Organización: Concejalía de Deporte y Salud. Ayuntamiento de Molina de Segura (Región de Murcia).

Dirección: PABELLÓN SERRERÍAS. Calle Serrerías s/n

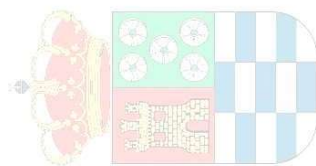
Código Postal: 30500

Localidad: MOLINA DE SEGURA

Provincia: MURCIA

Teléfono/móvil:

Correo electrónico:



4. DESCRIPCIÓN DETALLADA DEL PROGRAMA

4.1 PRÓLOGO: EMOCIONES REALES:

Molina Deporte Adaptado es mucho más que una iniciativa para que chavales con discapacidad hagan deporte porque con la excusa del deporte, de la actividad física, en realidad se atienden muchos otros aspectos.

A menudo se habla del deporte como un generador de resiliencia, pero hablar de resiliencia en cuanto al deporte adaptado es no comprender nada. A estos chavales no les basta con resistir y esperar a que lleguen mejores tiempos porque no habrá mejores tiempos. Por eso me gusta hablar del deporte adaptado como un canalizador de la “antifragilidad”. Antifrágil es un concepto acuñado por Nassim Taleb que habla de mejorar con cada crisis, con cada problema, de aprovechar el más mínimo resquicio para dar un salto impensable. Nuestros chavales no tienen más remedio que ser antifrágiles desde el día que nacieron y nuestra misión es tan simple y tan compleja como canalizar esa antifragilidad que todos tienen innata.

Son niños, niñas, jóvenes y adultos que no han ganado ninguna medalla en unos Juegos Paralímpicos, ni siquiera en una prueba local, pero que están ganando cada día la carrera de la vida. Su día a día es su verdadera medalla y nos sentimos unos privilegiados por poder compartir unas horas de ese día a día y poder encauzar esas ansias de mejora que tienen de una forma lúdica. Porque es un privilegio jugar con ellos cada tarde y ver al cabo del tiempo lo que van consiguiendo. Deberíamos aprender todos de ellos. Son capaces de sentirse felices cada día avanzando solo un milímetro; y milímetro a milímetro van consiguiendo nadar, saltar, escalar, correr, hablar...

Por eso, porque esto supera con mucho la práctica deportiva, lo que presentamos a continuación no es un conjunto de conceptos teóricos que todo el mundo conoce sobre los beneficios de la práctica de ejercicio físico diario en todas las personas con o sin discapacidad, ni tan siquiera un presupuesto municipal detallado para unas actividades deportivas adaptadas... Es mucho más que eso. Lo que presentamos encierra una realidad que es más emocional que otra cosa y que es más verdad que cualquier estudio teórico.

Hemos recogido un escrito de una familia, de un profesional que hace ya tiempo hizo sus prácticas con nosotros y, finalmente, la aportación del impulsor y responsable del programa. Creemos que es la mejor forma de intentar que todo el mundo se forme una visión de conjunto de lo que es Molina Deporte Adaptado.



LA VISIÓN DE UNA FAMILIA

Por Miguel Larrañaga Vega, padre de Mar, una niña con discapacidad

Ningún hijo viene con un libro de instrucciones y bien que lo echamos de menos. Pero en el caso de hijos con discapacidad severa el asunto se agrava. En el caso de mi hija Mar lo que necesitaba imperiosamente era un manual de supervivencia. “Es como un ordenador que va desconectando dispositivos. Ha desconectado la vista, el oído y el tono muscular...” Nunca borraré esas palabras de mi cabeza, ni mi respuesta. “Hasta que desconecte todos los dispositivos...” Y el silencio, y las cabezas agachadas mirando al suelo, y las lágrimas. Y luego la desesperación, la rabia, la ira, las preguntas sin respuesta... Tan sin respuesta que a día de hoy seguimos sin diagnóstico...

Hemos tenido suerte. En nuestro camino se cruzó Presen, una bendita profesional dispuesta a probar y probar hasta dar con la tecla de lo que necesitaba Mar. Seis años de terapias llevaron a Mar del peligro vital, de la incapacidad incluso para tragar, a gozar de una alocada y desbordante autonomía física. Es incontinente, apenas si habla unas palabras, no logra hacer un trazo decente con un lápiz y no hablemos de leer o nada parecido. Pero vive, desborda vitalidad y es feliz.

Y buena parte de su felicidad se la debemos a Manuel y su equipo porque aparecieron en el momento en el que todo padre de niños con discapacidad severa se hace la obligada pregunta: “Y ahora qué”. Es un momento muy concreto y en algunos llega antes y en otros después. Es ése momento en el que eres consciente de que los avances de tu hija son cada vez más escasos, que está rozando el límite y que te preguntas si merece la pena seguir con terapias cada tarde.

Una niña frente a un profesional entre cuatro paredes cada tarde para conseguir avances milimétricos. ¿Merece la pena enclaustrar a mi hija cada tarde en terapias que consiguen milímetros de avance, si es que llegan a milímetros?

Era un mes de mayo y empezamos a buscar otras posibilidades. Mar es sociable y muy activa. Parecía razonable explorar el lado lúdico y llegó el milagro. Resulta que en nuestro propio pueblo, Molina de Segura, existe una iniciativa pública y pionera: deporte adaptado para personas con discapacidad. Decidimos probar con quince días de “Escuela de Verano” y nos conquistaron para siempre.

La clave está en que las actividades que Mar desarrolla no son sólo lúdicas. Si algo tiene un niño discapacitado metido en la cabeza desde que comenzó las terapias es la superación por la emulación. Si ven a otro hacer algo que les gusta, lo intentan. Y en este caso, hay personas que les ayudan en esos intentos y les dirigen hacia el éxito. Mar ha conseguido sin darse cuenta cosas que no eran posibles y sin saber que las ha conseguido. El ejemplo más palmario es el de comunicarse sí o sí con todos los que componen la actividad, con sus escasas palabras, con gestos, como sea...

Mar mantiene su terapia con la logopeda, concentrada ahora en un día a la semana, los jueves. Ella certifica la mejoría y añade un dato: está mucho más receptiva y avanza más. Tiene interés por avanzar. ¿A ver si es que entiende que eso que le ayuda a poder comunicar con los niños con los que juega todas las tardes?

Porque sí, son todas las tardes. Lunes, miércoles y viernes en natación adaptada, y martes y jueves en deporte adaptado. Y en julio, a la Escuela de Verano cada mañana. Es un “tratamiento intensivo” y puedo asegurar que el equipo del Programa de Deporte adaptado de Molina de Segura se ha demostrado el complemento ideal para mi hija.

Por las mañanas va a su aula abierta, donde se ocupan de intentar enderezar los trazos de sus dibujos, donde también interactúa con una logopeda que consigue más de ella “camuflada” en la clase que en sesiones individuales, donde se presta atención a su autonomía personal, aprende a vestirse o desvestirse, abrochar un botón o cerrar una cremallera. Donde ha aprendido a comer sola...

Por las tardes tiene un ratito de actividad física que sirve para encauzar su desbordante vitalidad y, como he subrayado, para mucho más. Y va feliz. Merienda en un santiamén para ir a sus actividades. Quiere ir todos los días y ese es el mejor síntoma de que están haciendo una gran labor. Me hinché de preguntar a los médicos si Mar sería feliz y me harté de escuchar respuestas evasivas. Nunca le he preguntado a Manuel, ni a Javi, ni a Toñi, si Mar es feliz porque ellos hacen que sea evidente.

Nos empeñamos en que nuestros hijos sean ingenieros, arquitectos, que se formen de alguna manera para el día de mañana y descuidamos que lo único importante es que sean felices.

Gracias a personas como Manuel y su equipo, algunos padres tenemos el privilegio de poder disfrutar de la felicidad de nuestros hijos. No hay palabras para poder describir lo que se siente cuando tu hija llega corriendo a meterse en el gimnasio y no te dice ni adiós. Y cuando sale te cuenta a su manera que ha saltado, o que ha corrido, o que ha escalado, que le encanta. O cuando la pones el bañador en el vestuario y se escapa corriendo a la piscina y tienes que ir tú detrás con el gorro y las gafas.

Manuel y su equipo contribuyen decisivamente a la felicidad de cientos de chavales que tienen muy difícil ser felices. Porque lo de Mar no es una excepción: todos los críos (y no tan críos) les adoran y eso no tiene precio. Eso se agradece con más que el alma porque también están contribuyendo a la felicidad de un puñado de familias que un día creyeron que lo de ser felices ya no iba a ocurrir.

UN VIAJE HACIA LA INCLUSIÓN

Por Imane Lazaar Aziz

Alumna de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Universidad Católica de Murcia

Durante mi estancia en las prácticas de Molina de Segura, he tenido el privilegio de sumergirme en una experiencia trascendental. Hoy me complace compartir con ustedes mi opinión, positiva y vivida en primera persona, sobre el Programa de Natación de Deporte Adaptado, una iniciativa que considero excepcionalmente bien gestionada.

Este programa encarna una valiosa oportunidad para que los niños con discapacidades físicas o cognitivas disfruten de los beneficios de la natación. Pero lo que lo distingue, yace en su capacidad de adaptarse de manera eficaz a las necesidades individuales de cada niño, proporcionando una experiencia enriquecedora y transformadora.

Uno de los aspectos más destacables de este programa es el horario de las actividades. Las sesiones se programan cuidadosamente en horarios que se adecuan a las actividades extraescolares, desde las 16:00 hasta las 20:00 horas. Este enfoque sensible permite a los niños participar en el programa sin que se vea perjudicada su rutina diaria, asegurando así una asistencia constante y comprometida.

No obstante, lo que realmente hace brillar a este programa es la atención individualizada que se presta a cada niño. Los entrenadores y monitores, con su alto nivel de capacitación, demuestran un compromiso inquebrantable para trabajar con los niños discapacitados. Su enfoque se centra en garantizar que cada uno de ellos tenga una experiencia positiva y significativa en el programa, otorgándoles la atención y el cuidado necesarios.

El programa se adapta con maestría a las necesidades y capacidades de cada niño, asegurando que puedan progresar en su aprendizaje de manera individualizada y segura. Cada niño es abrazado por el apoyo y la confianza que se le brinda, permitiéndole explorar su potencial y superar barreras que alguna vez parecieron infranqueables.

En cada brazada, en cada movimiento fluido en el agua, se percibe una magia única. Este programa no solo proporciona habilidades acuáticas, sino que también despierta la sensación de autoconfianza y empoderamiento en cada uno de los niños. Se les brinda un espacio sagrado en el que pueden crecer, descubrir sus fortalezas y conquistar sus miedos.

A través del Programa de Natación de Deporte Adaptado, se desafían los estereotipos y se destaca la belleza intrínseca de la diversidad humana. Aquí, en las aguas cristalinas de la inclusión, se rompen las barreras y se forjan conexiones auténticas entre personas de diferentes habilidades y perspectivas. Es un reflejo de la sociedad en la que todos anhelamos vivir: una en la que el respeto, la empatía y la igualdad se entrelazan con la alegría pura y la camaradería sincera.

EMOCIÓN DE TRABAJO

Por Manuel Vicente

El programa Molina Deporte Adaptado cuenta ahora mismo con 180 personas, que pueden hacer deporte adaptado a sus necesidades y cualidades psicofísicas todos los días de la semana. Es una historia larga y posiblemente ejemplar de cómo puede responderse desde un ayuntamiento ante las necesidades de los menos favorecidos, en este caso chavales con discapacidad o enfermedades raras. Es una especie de oasis en un desierto que ojalá pueda extenderse. Pero ante todo es la historia de una casualidad.

Mi primer día de trabajo para la Concejalía de Deporte y Salud del Ayuntamiento de Molina de Segura quedó marcado por mi primera clase de natación para bebés, pues tuve la suerte de coincidir con Ana B (Espina Bífida) y Paco (Síndrome Down). La convocatoria no hablaba de inclusión, ni de integración, simplemente se hacía y por ello se aceptaba sin más como alumnos a todos los que lo solicitaban en tiempo y forma hasta que se agotaban las plazas.

A finales de los años noventa cualquier niño o niña con alguna dificultad en el aprendizaje tenía vetada la participación en cualquier actividad o escuela deportiva municipal. Sin embargo, Molina de Segura no excluyó a aquellos dos bebés que a día de hoy son dos adultos con una gran autonomía.

Bueno, volvamos al asunto, que me pierdo. Allí estaban Paco y Ana y allí estaba yo, más joven e inexperto, tratando de aprender cómo enseñarles. Tuve que conocer sus necesidades y luego buscar qué cosas les podían beneficiar a ellos, aprenderlas yo y aplicarlas. Ellos no lo sabían en ese momento, pero en esa clase, sobre todo al principio, no había un profesor y dos alumnos. Había tres alumnos o por lo menos dos alumnos y medio.

No había redes sociales, ni Whatsapp, ni casi teléfonos móviles, pero hubo más Anas y más Pacos. La no discriminación y la positiva evolución de Ana y Paco animó a más familias de Molina de Segura con hijos con discapacidad a probar con la piscina y fue tal el "boca a boca" que cada vez llegaron más niños y niñas de otras localidades murcianas e incluso de fuera de la provincia. Y, como siempre, si había hueco se les aceptaba.

En 2005 se dio un paso adelante creando de manera oficial el Programa Molina Deporte Adaptado. Muchos niños tenían unas necesidades muy específicas y merecían ser atendidos específicamente. Ampliamos los programas, comenzamos la actividad Natación Aulas Abiertas Colegios y despegamos fuera de la piscina también, con actividad física adaptada. Luego vino la Escuela de Verano en el mes de julio, que ha cumplido ya 18 años.

Hemos tenido dificultades. Siempre las hay cuando uno depende de la voluntad y prioridades de otras personas. Pero era tan evidente que éste era el camino que el programa no solo ha sobrevivido sino que ha crecido y goza cada día de mejor salud.

Es cierto, yo comencé con esto, pero no es menos cierto que si hay algún culpable del éxito del programa son las personas que a lo largo de estos años han colaborado en él. Todos a una y con una sonrisa, aunque les voy a revelar un secreto. Es imposible no sonreír cuando ves a uno de ellos venir corriendo hacia ti. En ese momento sabes que estás haciendo no solo lo correcto sino que, afortunadamente, lo estás haciendo bien. Porque ellos no mienten, no son hipócritas. En ellos todo es verdad y todo el equipo lo sabe. No se les gana contando chistes o entreteniéndoles con una tablet, se les gana con el corazón. Y eso no se estudia. Eso se siente.

Gracias a todo el equipo han pasado por nuestro programa más de 300 personas y actualmente participan 195 en las actividades de temporada. Y gracias al equipo vamos a seguir en la misma línea siempre, claro, siempre que las familias sigan confiando en nosotros como hasta ahora..., que también es de agradecer.

Aunque si tengo que decir la verdad, a los que más hay que agradecer es a los niños y niñas que a diario nos enseñan cosas nuevas. Nos sentimos orgullosos de cada uno de sus avances y felices por ser parte de ellos. Sólo me queda un último detalle. Hace poco tiempo acudí a unas charlas tituladas "Relatos en Primera Persona" con motivo del Día de las Personas con Discapacidad. Me acompañó Paco, mi primer alumno con Síndrome de Down en aquella piscina y hoy un adulto hecho y derecho. Y qué quieren que les diga... Me sentí súper orgulloso de lo que hacemos.

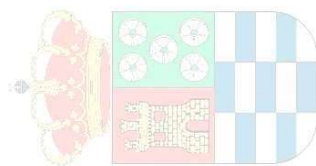
4.2 PRESENTACIÓN PROGRAMA

La visión transversal en las políticas municipales ha dado lugar a establecer líneas estratégicas de actuación para mejorar la calidad de vida de la ciudadanía, utilizando diversas herramientas para su desarrollo, como la promoción del deporte para todos y la diversificación de acciones y programas deportivos en atención a todos los sectores y ámbitos sociales y **especialmente a las personas que sufren algún tipo de discapacidad.**

Desde hace más de dos décadas el Ayuntamiento de Molina de Segura (Murcia) viene apostando por la inclusión e igualdad de las personas con discapacidad y enfermedades raras en la comunidad, desde diferentes ámbitos. Uno de ellos es a través de la actividad acuática, física y el deporte adaptado.

Desde 1996 participan niños, niñas y jóvenes con discapacidad en las actividades deportivas municipales y ante la creciente demanda, en 2005, se puso en marcha el programa Molina Deporte Adaptado (en adelante MODEA), con la finalidad de mejorar la calidad de vida de aquellas personas con algún tipo de discapacidad o enfermedad rara o poco frecuente.

El programa incluye actividades de estimulación acuática, natación adaptada, educación física, actividad física “salud y deporte”, escuela de verano, así como atención y colaboración con asociaciones locales y regionales para la atención de personas con discapacidad. Atiende anualmente a unas 195 familias con hijos o hijas de entre 2 años hasta edad adulta, afectados por diversos tipos de patologías, que residen en Molina de Segura y del resto de la Región de Murcia.



5. OBJETIVOS, RECURSOS, MATERIAL Y MÉTODOS UTILIZADOS PARA SU DESARROLLO

5.1. Objetivos.

Objetivo general

Disminuir las conductas sedentarias e incrementar los niveles de actividad física saludable en la población con discapacidad y enfermedades raras de Molina de Segura, como estrategia de promoción de la salud y prevención de factores de riesgo y de enfermedades futuras.

Partimos de que para mejorar los niveles diarios de actividad física moderada y vigorosa es fundamental que el programa sea estable y que se desarrolle durante un largo período de tiempo, como así viene sucediendo desde hace más de trece años, momento en que se puso en marcha para:

1. Normalización e integración de las personas con discapacidad o enfermedades raras en la vida social, a través de la práctica física y deportiva adaptada o normalizada, pudiendo así tener acceso a las mismas actividades que el resto de personas.
2. Desarrollo de las capacidades motrices, afectivas, comunicativas y sociales, cognitivas y de autonomía personal para el desarrollo de las tareas de la vida cotidiana.
3. Mejorar su calidad de vida, así como de los familiares más próximos.
4. Contribuir a la igualdad de oportunidades y conciliación de la vida laboral, familiar y de tiempo libre.
5. Finalmente se establece que las personas con discapacidad y enfermedades raras: **a)** inviertan al menos 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa, y **b)** dediquen menos de dos horas al día a actividades sedentarias.

Objetivos específicos

1. Conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre.
2. Apreciar la actividad física para el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo y las demás personas y reconociendo los efectos del ejercicio físico, de la higiene, de la alimentación y de los hábitos posturales sobre la salud.
3. Utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.
4. Adquirir, elegir y aplicar principios y reglas para resolver problemas motores y actuar de forma eficaz y autónoma en la práctica de actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas.
5. Regular y dosificar el esfuerzo, llegando a un nivel de autoexigencia acorde con sus posibilidades y la naturaleza de la tarea, desarrollando actitudes de tolerancia y respeto a las posibilidades y limitaciones de los demás.
6. Incrementar la participación de las niñas y mujeres jóvenes en actividades físicas y deportivas.
7. Impulsar la activa participación de los profesionales de los centros de salud y educativos como agentes activos en la promoción de la actividad física saludable en la población con discapacidad.
8. Favorecer la colaboración de las asociaciones para la atención de personas con discapacidad de Molina de Segura para el desarrollo de ciertas partes del presente programa.

5.2. Recursos Humanos

El equipo que se encarga de desarrollar el programa está formado por el personal de la Concejalía de Deporte y Salud. Cuenta con un funcionario encargado del diseño, supervisión, coordinación y evaluación del programa municipal “Molina Deporte Adaptado”, de un amplio grupo de funcionarios colaboradores del mismo y por monitoras o monitores deportivos a través de una empresa de servicios..

5.3. Recursos Instalaciones

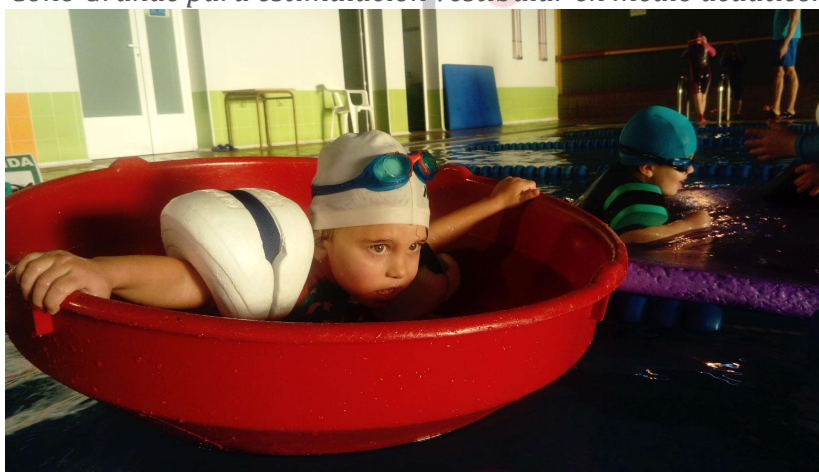
En cuanto a las instalaciones, el programa se desarrolla íntegramente en instalaciones deportivas municipales y otros espacios públicos del municipio.

Actividades Acuáticas	Piscina climatizada Ciudad Deportiva “El Romeral”
Educación Física, Actividad Física Salud y Deporte	Gimnasio y otras instalaciones Ciudad Deportiva “El Romeral”
MULTIDEPORTE ADAPTADO	Pabellón IES “Francisco Goya” Piscina de verano Ciudad Deportiva “El Romeral”

5.4. Recursos Materiales

El material necesario para el buen funcionamiento de cada actividad es el disponible en cada instalación. De la adquisición del material específico necesario para el desarrollo de determinadas actividades se hace cargo la Concejalía de Deporte y Salud.

Cono Grande para estimulación vestibular en medio acuático.



5.5. Metodología empleada

La metodología constituye el conjunto de criterios y decisiones que organizan, de forma global, la acción didáctica en las sesiones. Los principios metodológicos empleados en la programación y desarrollo de las sesiones son:

- **Aprendizaje significativo:** La idea fundamental que sustenta estos principios es que el alumnado es el principal artífice de su propio aprendizaje y que el monitor o monitora se convierte en guía en este proceso, permitiendo establecer relaciones entre los conocimientos y experiencias previas y los nuevos contenidos, garantizando la funcionalidad de los aprendizajes.

- **Globalización:** el niño o niña en las primeras etapas de su desarrollo entiende la realidad como un todo, por ello los contenidos se relacionan entre ellos, y con los de las distintas áreas.

- **Actividad lúdica:** el juego será a la vez que un recurso, una metodología en sí mismo, siendo además: **activa, flexible, participativa, integradora y natural.**

En líneas generales, la metodología empleada en la programación y desarrollo de las sesiones es:

- Lúdica, a través del juego.

- Activa, niños, niñas y jóvenes desarrollan su actividad en función de sus capacidades, intereses y necesidades.

- Flexible, ajustándose a cada persona en particular y respetando cualquier respuesta.

- Participativa, a través del trabajo en equipo fundamentalmente y reduciendo el componente competitivo.

- Integradora, sin distinción de sexo o cualquier otro vínculo discriminatorio.

- Natural y cercana, para que el alumno valore las posibilidades que le ofrece su entorno.

- Motivadora, buscando generar el hábito de la actividad física como fuente de satisfacción.

6. IDENTIFICACIÓN DE LAS ACTUACIONES QUE SE ESTÁN REALIZANDO

Las actuaciones que se vienen realizando en el programa Molina Deporte Adaptado abarcan actividades en el medio acuático y físico. a continuación se describen como se desarrolla las mismas en acciones de temporada, estacionales y puntuales:

6.1 Acciones de temporada:

6.1.1. Programa Acuático

1. Natación Adaptada.

- Estimulación Acuática

- Natación Adaptada

2. Natación Aulas Abiertas.

6.2.1. Programa Polideportiva Básica Adaptada

- Educación Física.

- Deporte.



6.2 Acciones estacionales:

Multideporte Verano

6.3 Acciones puntuales:

Eventos deportivos

6.1 Acciones de temporada:

6.1.1. Programa Acuático

Natación Adaptada y la Natación Aulas Abiertas Colegios.

1. Natación Adaptada

Se divide en dos subprogramas:

1. Estimulación Acuática: enfocado a la estimulación y desarrollo en los primeros años de vida de habilidades motrices, conocimiento y percepción corporal y espacio-temporal, a los que añadimos otros aspectos de carácter comunicativo, afectivo y cognitivo sobre los que también es necesario incidir, pues todo esto en su conjunto va a determinar “cómo percibo yo y cómo me muevo en el mundo como ser”.

Las sesiones del programa **Estimulación acuática** tienen una duración de 30 minutos. La **edad de inicio es** de 2 a 4 años. Las plazas ofertadas son 5 alumnos/as por grupo. El turno es lunes, miércoles y viernes. El coste de la actividad es de 30 € al mes.

2. Natación Adaptada: va encaminado al aprendizaje y dominio de las “habilidades motrices acuáticas” y su posterior iniciación a las “actividades deportivas acuáticas”, donde se incluye indudablemente la “natación” y donde el objetivo máximo es dominar la técnica de los estilos de nado, en función de las características y posibilidades del alumnado.



Desplazamientos básicos en posición dorsal.

Las sesiones de **natación adaptada** tienen una duración de 45 minutos. Formado por 5 grupos. La edad de inicio es 5 años en adelante. Las plazas ofertadas: 10 alumnos o alumnas en los grupos 1 y 2, los grupos 3, 4 y 5 la oferta es de 20 alumnos o alumnas.

Los días de asistencia son lunes, miércoles y viernes.

El coste de la actividad es de 30 € al mes.

Descuento por familia numerosa.

La programación de actividad física intenta ser una parte más de la Planificación Centrada en la Persona, sigue siendo el principal enfoque en el apoyo a personas con distintas discapacidades, ya que ofrece estrategias basadas en valores y en el empoderamiento de las personas, para ayudarlas a construir su propio proyecto de vida plena, de felicidad. Las habilidades básicas de desarrollo personal, comunicativo y social son una condición indispensable a fomentar para conseguir que las personas con discapacidad puedan llevar una vida plena lo más normalizada posible. Por ello, damos mucho valor dentro del programa eminentemente motriz a todos estos aspectos.

Tabla resumen natación adaptada.

	Natación	Turno	Hora	Grupo	Número de Plazas	Número monitoras/es
ACUÁTICAS	Estimulación Acuática	Lunes, miércoles y viernes	16.00	1	5	2
		Lunes, miércoles y viernes	16.30	2	5	2
		Lunes, miércoles y viernes	17.00	3	5	2
	Natación Adaptada	Lunes, miércoles y viernes	16.00	1	10	2
		Lunes, miércoles y viernes	16.45	2	10	2
		Lunes, miércoles y viernes	17.30	3	20	5
		Lunes, miércoles y viernes	18.15	4	20	5
		Lunes, miércoles y viernes	19.00	5	20	5

	Natación	Turno	Hora	Grupo	Número de Plazas	Número monitoras/es
ACUÁTICAS	Estimulación Acuática	Martes y jueves	15.45	1	2	1
		Martes y jueves	16.20	2	3	2
	Natación Adaptada	Martes y jueves	16.55	1	5	2
		Martes y jueves				

1.2. Natación Aulas Abiertas

Actividad destinada al alumnado de las distintas aulas abiertas de los centros educativos de primaria y secundaria de Molina de Segura.

Aula abierta es un aula que se crea en un centro ordinario para dar respuesta al alumnado gravemente afectado, que no puede compartir el currículo ordinario aún con las adaptaciones curriculares pertinentes.

El planteamiento didáctico es el mismo que en el programa “Natación Adaptada”. Esta actividad sólo se realiza una vez a la semana por aula (martes o jueves). Compuesta por seis aulas abiertas, cuatro de primaria y dos de secundaria. Las edades van desde los 3 hasta los 18 años. La duración de las sesiones es de 45 minutos y el coste de la actividad de 30 € curso escolar.

6.1.2. Polideportiva Básica Adaptada

Polideportiva Básica Adaptada, es un programa enfocado a mejorar la competencia motriz, comunicativa y de relación social mediante el movimiento, en personas con alguna discapacidad.

El programa pretende desarrollar aquellas habilidades motrices básicas que le van a ayudar a un mejor conocimiento de su propio cuerpo, del espacio y del tiempo. Que le van a permitir potenciar vínculos afectivos, desarrollar aspectos de la comunicación y sociales para situarse frente al mundo que le rodea como persona. En una segunda etapa estaría más enfocado al desarrollo armónico y genérico de las cuatro cualidades físicas básicas: Fuerza, Velocidad, Resistencia y Flexibilidad en todas sus vertientes, para conseguir un soporte físico lo suficientemente adaptado a la realización de las habilidades motrices, con la efectividad y la carga física que requiere en cada situación, así como la iniciación tanto a deportes individuales (atletismo, tenis...), como colectivos (baloncesto, balonmano...).

La polideportiva básica se estructura en 2 subprogramas

Polideportiva Básica Adaptada “1” o Educación Física

Programa enfocado a mejorar la competencia motriz, comunicativa y de relación social mediante la utilización de la Educación Física.

Destinada a niños o niñas de entre 5 a 11 años con discapacidad y enfermedad rara en grupos de 15 alumnos o alumnas.

Polideportiva Básica Adaptada “2” ó Deporte

Programa enfocado a mejorar la competencia motriz, comunicativa y de relación social mediante el deporte en personas con discapacidad. Destinada a jóvenes de 12 años en adelante con discapacidad o enfermedad rara en grupos de 15 alumnos y alumnas.

Se desarrolla los martes y jueves a las 18.00 y 19.00 horas. La duración de la sesión es de 1 hora y el coste de la actividad es de 16 € al mes. Lugar de desarrollo: gimnasio y otras instalaciones situadas en la Ciudad Deportiva “El Romeral”.



Momento de una sesión. Iniciación al tenis

6.2 Acciones estacionales:

6.2.1. Multideporte Verano

Este pasado verano se llegó a la 19 edición de La “Escuela Multideporte Adaptado Verano”. Se estructura en una primera parte de actividad motriz en sala, finalizando la jornada con actividades acuáticas. El programa “Multideporte Adaptado” se complementa con otras actividades de tipo medioambiental, musicoterapia, cine, curso de Educación Vial, taller “Cómo se hace Radio”, taller “Qué hacer en caso de sismo” y en los dos últimos veranos taller de “Telas Acrobáticas”.

Asimismo se realizan diferentes actividades compartidas entre los alumnos y alumnas de los Multideportes y Multideporte Adaptado. Como ejemplo, charlas divulgativas sobre “Enfermedades Raras e Infancia”, exhibición de bomberos, fiestas de la espuma, visitas culturales por el municipio... También se realiza la “Carrera Solidaria”. Estas acciones se enmarcan dentro de algunos objetivos que se plantean dentro de la Escuela Multideporte, como son el fomentar la solidaridad y cooperación a través del Deporte.

El número de plazas es de 30 por quincena en julio y de 15 plazas para la primera de agosto. El precio es de 80€/quincena. Horario de 08.00 a 14.30 horas.



"Telas Acrobáticas"

6.3. Resumen Oferta de Plazas Molina Deporte Adaptado Curso 2024-2025

110 plazas Programa Actividades Acuáticas.

40 plazas Programa Polideportiva Básica.

45 plazas Programa Natación Aulas Abiertas

75 plazas Multideporte Verano julio y agosto

Total plazas **280 plazas.**

6.4 Acciones puntuales:

6.4.1. Eventos deportivos

Aquí se incluyen actividades puntuales o eventos organizados únicamente por la Concejalía de Deporte y Salud o colaborando con asociaciones para la atención de personas con discapacidad de Molina y de toda la Región de Murcia.

6.4.2. Organización de eventos deportivos

Año 2025

1. IX Liga Municipal Diversidad Deportiva **(enero a junio)**
2. II Nada Rara “Brazadas Solidarias por las Enfermedades Raras” **(febrero)**
3. III Olimpiadas Regionales Deporte Adaptado **(marzo)**
4. II Campeonato Regional de Natación Adaptada **“Villa de Molina” (junio)**
5. I Olimpiadas Inclusivas **“20 años”**
6. V Bautismo de Buceo Adaptado “Día mundial de las Personas con Discapacidad” **(diciembre)**

6.4.3. Colaboración en Eventos Deportivos

1. XI Jornada Deporte y Salud Mental **(marzo 2025)**
2. V Gol al Estigma en pro de la Salud Mental **(octubre 2025)**
2. Jornada de tecnificación de natación Fedemips (Federación de Deportes para Personas con Discapacidad Intelectual de la Región de Murcia)

6.4.4. Acciones Formativas

Congreso **MODEA+20a “Molina Deporte Adaptado” (noviembre/diciembre 2025)**

6.4.5. . Otras Acciones

Inclusión en todos los eventos deportivos que organiza o colabora la Concejalía de Deporte y Salud de una categoría especial adaptada o la participación en las diferentes pruebas sin más.

7. IMPLICACIÓN Y SINERGIAS DE LOS DIFERENTES SECTORES QUE PARTICIPAN

La Concejalía de Deporte y Salud del Ayuntamiento de Molina de Segura asumió desde su inicio en el año 2005, la puesta en marcha del programa Molina Deporte Adaptado. Se ha ido requiriendo la colaboración de otras concejalías del propio Ayuntamiento como la Concejalía de Igualdad, la de Educación y la de Bienestar Social. También ha ido necesitando del compromiso y del trabajo coordinado de diferentes instituciones, además del Ayuntamiento de Molina de Segura como son los centros sanitarios de atención primaria, las asociaciones para la atención de personas con discapacidad y/o enfermedades raras, tanto de ámbito local como regional o nacional y, de forma puntual, Facultad de Ciencias del Deporte Universidad de Murcia, alumnado Grado de Técnico en Actividad Física y Deporte (TAFAD) Centro Educativo “Los Olivos”, Centro de Personas Mayores de Molina (IMAS), algunos clubes deportivos, Policía Local, Protección Civil y Cruz Roja.

- **Ayuntamiento de Molina de Segura**

La Concejalía de Deporte y Salud asume la responsabilidad primera de la planificación, programación, divulgación, proceso de inscripción, ejecución y evaluación del programa:

- La planificación y programación es realizada por el personal técnico de la Concejalía.
- El proceso de inscripción es asumido por la Concejalía de Deporte y Salud, empleando los medios habituales de inscripción para actividades propias.
- En cuanto a la ejecución, la Concejalía de Deporte y Salud hace la provisión de monitores o monitoras a través de una empresa de servicios. Se requiere el apoyo de otras concejalías, como Vía Pública y Seguridad Ciudadana para actividades realizadas fuera de las instalaciones deportivas.
- La Concejalía de Bienestar Social apoya a los niños, niñas y jóvenes con discapacidad de familias más desfavorecidas para integrarse en el programa, con subvenciones o exenciones en el pago. Y es que se ha encontrado relación entre familias con bajos ingresos económicos y bajo nivel educativo, con una mayor probabilidad de tener más problemas de salud derivados de su propia discapacidad, atribuyéndose a una menor capacidad de acceso a sistemas sanitarios, alimentos saludables o instalaciones para la práctica deportiva y de actividades físicas.

- **Centros sanitarios de atención primaria, salud mental y Hospital de Molina**

La participación activa es cada vez mayor por parte de los sanitarios que ejercen su labor en Molina de Segura.

- **Centros docentes de primaria y secundaria**

Existe una colaboración con los centros educativos del municipio a través de las seis aulas abiertas con las que cuenta Molina de Segura, cuatro de educación primaria y dos de secundaria participan en el programa de "Natación Escolar Adaptada" y las aulas abiertas de secundaria participan a su vez en la liga municipal Diversidad Deportiva.

- **Clubes deportivos**

Existe una colaboración con diferentes clubes de la localidad como, Club Dedim (Deporte y Diversidad), Club Deportivo Táder (triatlón), Club Waterpolo Tháder, Club Natación Molinense, Escuela de Fútbol Molina, Club Arqueros de Molina, Club Ibuzeo, Federación de Actividades Subacuáticas de la Región de Murcia.

- **Otras entidades: empresas, etc**

La Concejalía de Deporte y Salud plantea como un elemento fundamental para fortalecer la acción conjunta de todas las entidades del municipio, en beneficio de la ciudadanía, la colaboración con entidades y empresas en general. En especial este trabajo en equipo se da en la organización de eventos. Como ejemplo: Nada Rara "Brazadas Solidarias por las Enfermedades Raras" a favor de FEDER (federación Española de Enfermedades Raras) en el día mundial de las enfermedades raras, Olimpiadas Regionales Deporte Adaptado o liga municipal Diversidad Deportiva, así como en otros eventos deportivos (inclusivos) del municipio, donde se recibió el patrocinio de Molinense Producciones Naturales, Capitrans, Hero, Fini, Ortomol (ortopedia), Ebone (empresa de servicios deportivos).

• Asociaciones para la Atención de Personas con Discapacidad

En la actualidad desde la Concejalía de Deporte y Salud, se viene colaborando con las distintas asociaciones locales, regionales y nacionales tanto en la cesión de uso de instalaciones deportivas, como en la organización de eventos deportivos, acciones formativas y de concienciación social.

Asociaciones locales:

AFESMO. Salud Mental Molina y Comarca

ASPAPROS. Asociación y Centro Día para la Atención de Personas con Discapacidad.

DISMO. Asociación de Discapacitados Físicos de Molina.

TEDIS. Asociación para la Integración socio-laboral de las Personas con Discapacidad.

DEDIM. Asociación Deporte y la Diversidad de Molina.

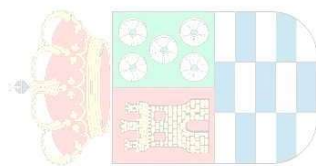
Asociaciones de ámbito regional:

ASTRADE. Asociación para la Atención de Personas con Autismo y Otros Trastornos Generalizados del Desarrollo de la Región de Murcia.

D'GENES. Asociación de Enfermedades Raras.

Asociaciones de ámbito nacional:

FEDER. Federación Española de Enfermedades Raras.



8. INCORPORACIÓN DE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO Y EQUIDAD

La perspectiva de género es un marco de análisis teórico y conceptual que permite detectar los factores de desigualdad que afectan a hombres y mujeres en los diferentes ámbitos del desarrollo, y así planear acciones que propicien la equidad.

En relación al Programa municipal hemos aplicado la perspectiva de género de manera transversal, tomando en consideración y prestando atención a las diferentes situaciones, demandas y necesidades que los niños y niñas tienen en cualquier actividad o ámbito del ejercicio físico. Este enfoque nos ha permitido identificar y reconocer las diferentes necesidades y expectativas, así como las desigualdades que se han establecido y tenerlas en cuenta en el diseño, implementación y evaluación del programa y de su impacto. El objetivo ha sido conseguir que tanto en su organización interna como en las actividades que realiza y la imagen pública que proyecta en acciones de difusión, se pronuncie en no discriminación e igualdad de oportunidades en relación con el género.

Es por ello que se ha utilizado: un lenguaje verbal y escrito inclusivo y visibilizador, los datos desagregados por sexo, imágenes que muestran de manera constructiva y positiva las relaciones humanas en igualdad de derechos y oportunidades, etc.

Las personas con discapacidad tienen el mismo e igual derecho que cualquier otra persona, a gozar del grado máximo de salud que se pueda lograr. Este derecho es inherente, universal e inalienable y está consagrado en el derecho internacional mediante tratados de derechos humanos. En España, el derecho a la salud se reconoce en el artículo 43 de la Constitución y se concreta en la Ley General de Sanidad.

Aunque en nuestro país se han logrado progresos sustanciales, la salud y el derecho a los cuidados sanitarios está severamente comprometido para la población con discapacidad que sigue experimentando diversas desigualdades en este ámbito. Las personas que viven con discapacidad enfrentan peores resultados de salud general que sus pares sin discapacidad, diferencias que se pueden apreciar en tres indicadores de salud: mortalidad, morbilidad y funcionamiento. Las personas con discapacidad mueren antes, tienen peor salud y experimentan más limitaciones en su actividad cotidiana que las demás.

Muchas de las diferencias entre dichos resultados se atribuyen a factores innecesarios y evitables que son injustos y arbitrarios, conocidos como **inequidades en salud**. Las inequidades pueden traducirse para las personas con discapacidad en más probabilidades de que se les niegue atención médica y de calidad, en mayores barreras y estigmas únicos al acceder al sistema de salud y otros servicios como acceso a programas de actividad física y deporte.

El número de personas con discapacidad está aumentando. En España, la constatación de que la discapacidad es un fenómeno social en crecimiento es registrada por la EDAD 2020 que arrojó un total de 4,38 millones de personas con algún tipo de discapacidad.

Si analizamos la población con discapacidad en el municipio de Molina de Segura, observamos un total de 6.870 personas en el año 2020⁽¹⁾. La tendencia en cuanto al número de personas con discapacidad en el municipio no ha dejado de aumentar desde el año 2015, creciendo en más de 1.000 en el último lustro y especialmente desde recuperación de la emergencia sanitaria por la COVID-19, los casos de discapacidad en la población infantil está aumentando de manera alarmante y especialmente en diagnóstico de Trastornos del Espectro Autista (TEA).

Diferencias en los resultados de salud injustos y evitables. Las personas con discapacidad presentan peores resultados de salud y mayores necesidades sanitarias insatisfechas que las personas sin discapacidad. Corregir las enormes diferencias sanitarias susceptibles de solución que existen entre la población con y sin discapacidad es una cuestión de justicia social. Promover el logro de las prioridades de salud porque la salud y el bienestar de la población general se pueden mejorar más rápidamente a través de intervenciones de salud pública intersectoriales que sean inclusivas y se brinden de manera equitativa.

Molina Deporte Adaptado es una inversión esencial porque el gasto público en salud proporciona igualdad de oportunidades. Es un beneficio que deriva en un ahorro económico respecto a otro tipo de intervenciones más onerosas, y brinda un argumento para avanzar en la equidad en salud de las personas con discapacidad. Contribuye a una mayor participación e inclusión de las personas con discapacidad porque aumenta las oportunidades para que vivan sus vidas lo más saludable posible, y facilita la realización de otros derechos sociales y económicos que les ayuda a desarrollarse personal y participar activamente en la sociedad.

La salud se revela como la dimensión de exclusión con un mayor impacto en las personas con discapacidad y en comparación con el resto de la población. Las inequidades en salud que experimenta esta población es un fenómeno complejo y multidimensional que se vincula a factores innecesarios, injustos, arbitrarios y evitables. Las inequidades en el ámbito de la salud que experimentan las personas con discapacidad en España pueden agruparse en cuatro categorías interrelacionadas: factores estructurales, determinantes sociales de la salud, factores del sistema de salud y factores de riesgo.

Dentro de los factores de riesgo encontramos **la inactividad física**, el sobrepeso y la obesidad, la mala alimentación, son factores críticos para el desarrollo de enfermedades no transmisibles. Los factores de riesgo están anclados en el análisis de las inequidades de salud de las personas con discapacidad porque este grupo de población suele encontrar más dificultades para comer de forma saludable, controlar su peso y **mantenerse físicamente activo** en comparación con la población sin discapacidad.

(1) Estudio de la situación de las personas con discapacidad y sus familiares en el municipio de Molina de Segura realizado en 2022 por ZIES Investigación y Consultoría.

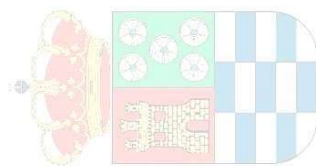
Existen múltiples brechas en la prestación de servicios sanitarios, de acceso a la actividad física y el deporte que ponen en desventaja a las personas con discapacidad. Por eso creemos que este tipo de programas ayuda a reducir estas brechas sociales y a mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad y/o enfermedades raras.

Por eso creemos firmemente que este tipo de servicios públicos contribuyen a disminuir las inequidades en salud de las personas con discapacidad y/o enfermedades raras. Desde el Programa municipal estamos intentando aplicar las normas sobre la actividad física y el deporte, que aparecen mencionadas en las leyes españolas y europeas, por su importancia en la contribución a la salud, educación, social y formación integral de las personas. Permitiendo la adquisición de hábitos saludables, mejorando la salud y la calidad de vida de la población... sobre todo intentando generar actitudes y compromisos cívicos, solidarios, de respeto y de sociabilidad. Intentando así lograr la cohesión e integración social de personas con y sin discapacidad.

Algunas de las principales normas generales de actuación que se están cumpliendo en el programa, para promocionar la actividad física y el deporte son:

- a) Todos los ciudadanos tienen derecho a practicar, conocer y participar en la actividad física y el deporte en igualdad de condiciones y sin discriminación.
- b) La oferta de programas y actividades físico-deportivas destinados a ciudadanos con discapacidad y enfermedades raras.
- c) La adaptación de la actividad física y deporte a las necesidades y expectativas de los ciudadanos, atendiendo a su diversidad.
- d) La efectiva consideración del principio de igualdad real y efectiva entre mujeres y hombres en su diseño y ejecución.
- e) La eliminación de barreras arquitectónicas que dificulten el acceso de las personas con diversidad funcional a las instalaciones o servicios deportivos del municipio.
- f) La capacitación específica de los monitores y monitoras para la atención de personas con discapacidad, enfermedades raras, y para otros colectivos en riesgo de exclusión social.

Por todo ello, son tanto los elementos teóricos y metodológicos, como los prácticos, llevados a cabo en nuestro programa, los que enriquecen la cultura a favor de la equidad. Propiciando cambios sociales, requeridos para mejorar la calidad de vida, puesto que la verdadera equidad entre personas significa **alcanzar la igualdad desde el reconocimiento de la diferencia.**



9. EVALUACIÓN DE PROCESO Y RESULTADOS: METODOLOGÍA, INDICADORES Y EL IMPACTO SOBRE LA SALUD DE LA POBLACIÓN DIANA

Partimos de que es imprescindible establecer mecanismos de evaluación y de seguimiento de cualquier programa para conocer la medida en la que se alcanzan los objetivos propuestos, así como para establecer todas las correcciones y mejoras necesarias. Se especifican indicadores de evaluación cuantitativos y cualitativos:

- Número de niños que se inscriben en cada una de las acciones programadas.
 - Asistencia y continuidad de los niños inscritos en cada una de las actividades.
 - Coordinación del programa y de los grupos de acciones.
 - Valoración de los monitores y resto de responsable actividad, por parte de las familias del alumnado.
 - Elaboración de una memoria de la evaluación individual al finalizar la temporada. Junto con el diagnóstico inicial y los objetivos planteados, la evaluación es una de las fases clave del proceso de programación, nos permite comprobar si se han logrado, y en qué grado los objetivos que pretendíamos con esa persona.
- Se determina que al finalizar cada temporada se elabore una memoria de todo el desarrollo del programa con la evaluación del mismo, y en función de ello se establecen las modificaciones y nuevas acciones que se deriven.

Valorar el efecto del ejercicio físico en el desarrollo de las competencias motrices y en la condición física de los participantes se hace utilizando diferentes escalas, vease la siguiente tabla.

En relación a la Calidad de Vida Relacionada con la Salud, estamos intentando realizar una medición de la misma antes, durante y después del programa de ejercicio físico. Teniendo en cuenta estudios previos, esperamos encontrar una mejoría en la Calidad de Vida respecto a la situación anterior.

La práctica habitual de ejercicio físico y acuático adaptado a la edad, estado de salud, capacidades físicas y cualidades motrices, ha demostrado mejorar la condición física de los niños y niñas, **por lo que esperamos apreciar esta mejoría de la condición física en los participantes en el estudio.**

Resulta más complejo comprobar el efecto del ejercicio físico en la Calidad de Vida Relacionada con la Salud de niños y niñas con discapacidad. Tenemos la adaptación al español del QOLCE-16⁽²⁾ es un instrumento sencillo, breve y adecuado para medir la calidad de vida en niños de entre 5 y 14 años y la escala PSQ (Pediatric Sleep Questionnaire) fue traducida y validada al español en 2006. En su versión reducida consta de 22 preguntas de respuesta dicotómica (sí o no), y puntuaciones altas (número alto de síes)

9.1. Evaluación Actividades Acuáticas

Es históricamente una de las actividades más demandadas desde sus inicios a principios del dos mil, en el curso 2005-2006 se oferta por primera vez dos cursos de natación adaptada con ocho plazas cada uno. En el curso siguiente hubo que ampliar a dos grupos más con idéntico número de plazas. Se inicia aquí una fuerte demanda durante los dos años siguientes, lo que obliga para el curso 2011-2012 a aumentar de nuevo la cantidad de plazas, llegando a 12 alumnos o alumnas por grupo. Los años siguientes siguen con la misma dinámica de crecimiento, hasta ampliar los grupos a 15 alumnos o alumnas durante el curso 2015-2016, con ampliación del número de monitores y monitoras

Antes de iniciar el curso 2017-2018 se tiene una lista de espera de más de 15 personas. Esto nos lleva a plantearnos una reestructuración de los grupos que componen la misma y que se lleva a la práctica de forma experimental durante este curso. Analizado el buen funcionamiento de la nueva redistribución de los grupos y puesta en marcha del subprograma Estimulación Acuática para niños y niñas de 2 a 4 años. Se consolida la nueva oferta de cursos de natación adaptada y se consigue atender toda la demanda al inicio del curso 2019-2020, en marzo de 2020 antes de que todo se detuviera por la pandemia, la ocupación es del 95%.

Tras dos años de incertidumbre por la situación sanitaria y las restricciones se noto un pequeño descenso en la demanda al inicio del curso 22-23, como posibles causas tuvimos el abandono de varios usuarios por incompatibilidades horarias, sumado a 3 hermanos que cambian su lugar de residencia a otra comunidad autónoma.

El curso 2022-2023 supuso la vuelta a la normalidad y en junio de 2023 llegó con todas las plazas cubiertas y con lista de espera.

Reseñamos algunos datos obtenidos en la encuesta de satisfacción que contestaron las familias al concluir la temporada 2022/2023:

Pusieron de manifiesto que durante los dos años sin natación, sus hijos e hijas preguntaban por la piscina y en algunos casos más graves buscaban las cosas de piscina.

Consideraron la actividad como muy positiva, ya que a sus hijos o hijas no les supuso esfuerzo la asistencia a las actividades acuáticas. En cuanto a la satisfacción con el monitor o monitora que imparte la actividad, casi la totalidad de las familias encuestadas consideraron que sus hijos estaban bastante motivados y felices con sus monitores y monitoras, y que la actividad satisfizo las expectativas de búsqueda de una actividad física saludable acorde al grado de dificultad que presenta su hijos o hijas por su discapacidad y edad. La fidelidad con la actividad es bastante alta.

La falta de plazas al finalizar el curso 2022-2023, nos llevó a buscar la creación de nuevos grupos de estimulación acuática y natación adaptada, martes y jueves, con la ampliación de 15 nuevas plazas para el pasado curso 2023-2024. La ocupación rondó el 95%. El índice de asistencia estuvo en torno al 78.5% de media, 2 puntos mejor con respecto al curso 22-23. Los días preferidos para asistir siguen siendo lunes y miércoles. Los viernes suele bajar la asistencia por diferentes causas (final de la semana, cansancio del alumnado y familiares).

(2) "Ejercicio Físico en niños y niñas con Epilepsia resistente a Fármacos. Adaptar al español y validar la Escala de Calidad de Vida QOLCE-16 en su versión de 16 ítems". Tesis Doctoral de Ibáñez Micó, Salvador. Universidad de Murcia. Murcia. 2019.

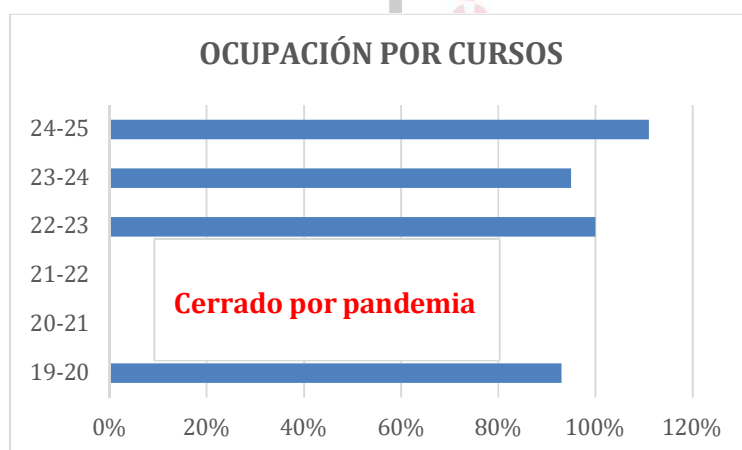
El inicio del curso 2024-2025 ha comenzado con todas las plazas agotadas y con niños y niñas pendientes de poder acceder al servicio.



"Estrella de Piscina"

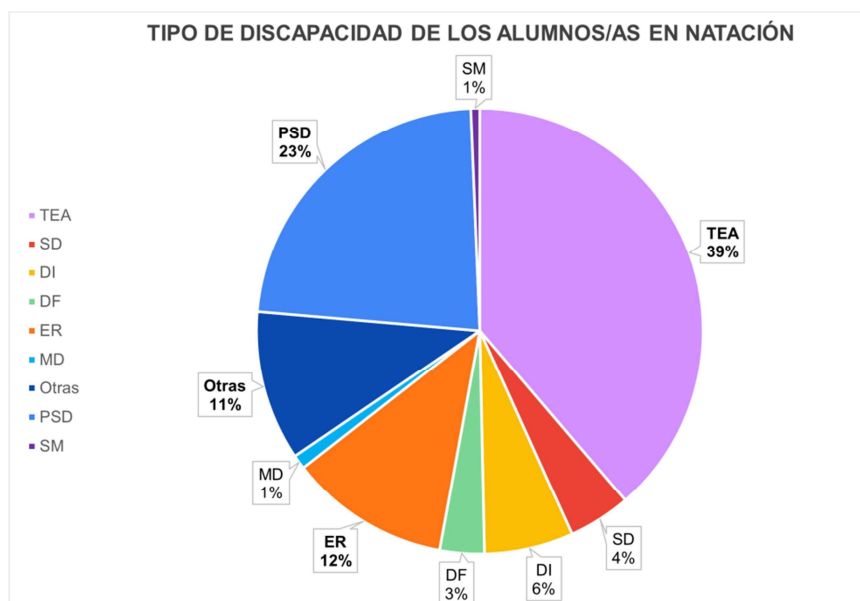
9.1.1. Otros datos sobre el programa Natación Adaptada

Datos de ocupación



Los datos del curso 19-20 son hasta marzo de 2020, momento en que fue declarada la pandemia, el curso 20-21 no hubo actividad y el curso 21-22 dio comienzo en mayo de 2022, no fue hasta el curso 22-23 que todo volvió a la normalidad.

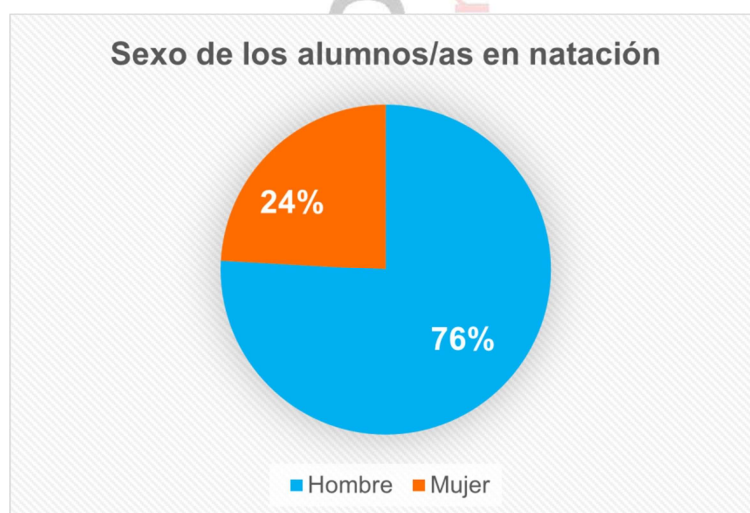
Datos por Tipo de discapacidad.



TEA: Trastorno del Espectro Autista. **SD:** Síndrome de Down. **DI:** Discapacidad Intelectual. **DF:** Discapacidad Física. **ER:** Enfermedad Rara o Poco Frecuente. **MD:** Multidiscapacidad. **Otras:** Sin diagnosticar. **PSD:** Personas sin discapacidad. **SM:** Salud Mental.

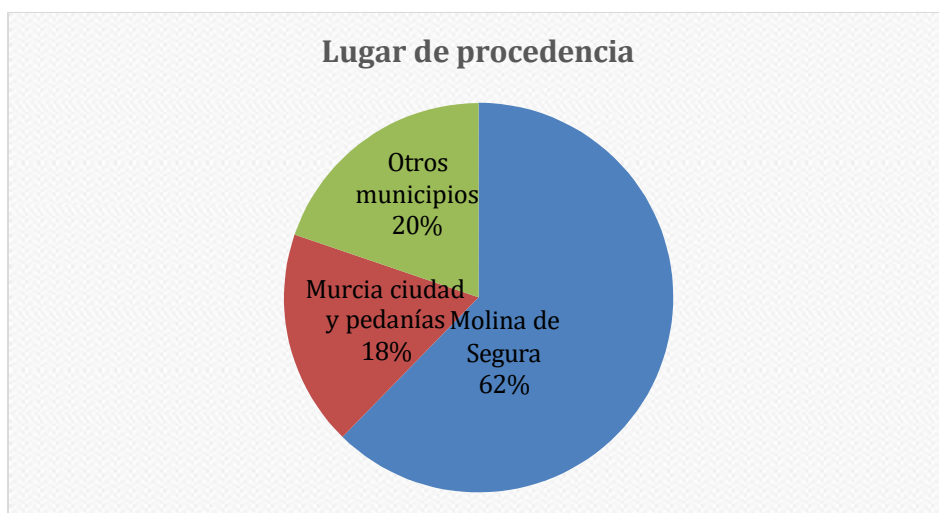
Después de la pandemia venimos observando un aumento creciente de niños y niñas entre los tres y cinco años, con un diagnóstico inicial de TEA (Trastorno del Espectro Autista). Actualmente participan 60 personas. En la Región de Murcia se habla de cifras superiores a los 3000 mil casos con este trastorno. Patología que está por encima del resto de discapacidades, con un aumento significativo de casos con Enfermedades Raras o Poco Frecuentes que se sitúa en segundo lugar con 18 personas.

Datos por Sexo.



Respecto al anterior análisis decir que se ha producido un aumento de 9 puntos de mujeres con discapacidad que participan en el programa actualmente.

Lugar de procedencia del alumnado



La participación de niños, niñas y jóvenes con discapacidad residentes en el municipio de Molina de Segura va en aumento con una subida de 15 puntos respecto al anterior análisis de participación. Lo que se refleja en una menor participación de residentes en Murcia ciudad y pedanías de 11 puntos y de 4 puntos para el resto de municipios próximos a la ciudad de Molina de Segura.

9.2. Evaluación Polideportiva Básica

Es una de las actividades del programa que menos cambios ha sufrido en estos años, desde que se puso en marcha en octubre de 2006. La demanda no fue excesivamente fuerte en los primeros años, manteniéndose al 55% de ocupación media. Desde el curso 2010-2011 el crecimiento ha sido lento y constante llegando a sobrepasar la oferta en 2019-2020. La oferta inicial era de 15 niños o niñas por grupo, tras el regreso de la pandemia se ha aumentado la demanda de esta actividad por parte de las familias., lo que obligó a aumentar las plazas pasando a una oferta de 20 plazas y una ocupación del 100%.

Algunos datos obtenidos en la encuesta de satisfacción que contestaron las familias al concluir la temporada 2022/2023 son muy parecidos a los de las actividades acuáticas:

El índice de asistencia por sesión es del 85% para el primer grupo y del 82% para el segundo grupo. La fidelidad con la actividad es bastante alta. Consideraron la actividad como muy positiva, ya que a sus hijos o hijas les gusta asistir. En cuanto a la satisfacción con el monitor o monitora que imparte la actividad, casi la totalidad de las familias encuestadas consideraron que sus hijos o hijas estaban bastante motivados, y que la actividad satisfizo las expectativas de búsqueda de una actividad física saludable, acorde al grado de necesidad de su hijo o hija por su discapacidad.

La temporada 2023/2024 mantuvo la misma tónica de años anteriores, con datos muy parecidos en cuanto a ocupación sobre el 98% y un índice de asistencia por sesión del 85%.

9.3 Evaluación Multideporte Adaptado

Es otra de las actividades del programa que ha ido creciendo lentamente hasta el verano 2014, donde comenzó a generarse lista de espera. Inicialmente se ofertaban 20 plazas por quincena en su primera edición 2006, así se mantuvo hasta el verano de 2010 que se aumentó a 25 plazas por quincena. En verano de 2017 se amplió a 30 plazas por quincena en julio y 15 plazas primera quincena de agosto (como novedad). Durante el verano de 2021 se redujeron las plazas a 20, debido a las restricciones de aforo por la situación pandémica y en 2022 se volvió a la oferta anterior de 30 plazas.

Actualmente es otra de las actividades del programa más demandada por las familias. En 2023, en su edición 18ª se cubrieron todas las plazas, incluso generando una lista de espera de 14 niños y 4 niñas.

La fidelidad con la actividad es bastante alta. Consideraron la actividad como muy positiva, ya que manifiestan que a sus hijos o hijas les gusta asistir. La asistencia media es del 90% por sesión.

9.4. Evaluación Programa Molina Deporte Adaptado

Presentamos como muestra los resultados obtenidos en la encuesta de satisfacción que contestaron las familias al concluir la temporada 2007/2008, 2011/2012, 2015/2016 y 2022/2023. Estaba compuesta de doce preguntas, con respuestas abiertas o cerradas dependiendo de la cuestión planteada. La idea era analizar si realmente se están cumpliendo algunos o todos los objetivos de este programa. En el cuestionario de este curso se han incluido 4 preguntas más relacionadas con el tiempo de actividad durante la pandemia

Como resultados más relevantes, destacaremos dos puntos: **primero**, y es algo en lo que coinciden todos los padres y madres, que por encima de su propio bienestar lo que más les reconforta y llena de enorme satisfacción es poder ver a sus hijos e hijas realizando actividad física y acuática como cualquier otra persona más.

Segundo, que este programa de actividades acuáticas, físicas y deportes adaptados están sirviendo para la inclusión efectiva de personas con discapacidad y enfermedades raras en la comunidad, gracias en parte, a la labor de sensibilización que han realizado de forma espontánea y natural las propias familias. Compartir un espacio común (instalaciones deportivas municipales en nuestro caso) con otras familias, les ha permitido transmitir información sobre las personas con discapacidad y enfermedades raras. Sirva como ejemplo el relato de la madre de un niño autista y su experiencia de cómo otras madres y padres miraban a su hijo con sorpresa y desconocimiento, para después, esas mismas personas, llegar a distinguir incluso el estado emocional del niño (cuando acudía alegre, enfadado o triste a la actividad).

Tercero, que en el periodo sin actividades físicas y acuáticas durante el confinamiento y meses sin sus actividades físicas habituales se mostraban más ansiosos, irritables y en algunos casos les costaba conciliar mucho más el sueño, circunstancias que creen han ido cambiando los últimos meses con la vuelta a su vida anterior a la pandemia.

10. CONTINUIDAD DEL PROYECTO PREVISTA EN LOS PRÓXIMOS AÑOS, Y FINANCIACIÓN ECONÓMICA CON LA QUE SE CUENTA PARA DESARROLLARLO

En relación al **programa**, está completamente integrado y consolidado en la oferta municipal, por lo que la financiación está asegurada. Por su enorme función social, y para complementar el presupuesto general de la propia Concejalía de Deporte y Salud, se dotó por primera vez en 2017 de **una partida presupuestaria de 35.000€, que ha ido incrementando hasta los 85.500€ actuales**, destinada específicamente al programa MODEA, lo cual está permitiendo introducir mejoras en el programa con nuevas actividades y aumento del número de monitores y monitoras. Además la Concejalía de Deporte y Salud cuenta con una amplia plantilla de funcionarios y personal laboral encargada del diseño, supervisión, coordinación y evaluación de otros programas para la promoción de la actividad física saludable en otros ciudadanos de Molina de Segura.

La continuidad que se puede ver reflejada en la reestructuración de algunos de los programas como el de “Actividades Acuáticas”, que durante el curso 2017-18 se hicieron algunos cambios y ampliaciones de plazas, como sucedió también en el inicio del curso 2023-2024 con la puesta en marcha de grupos de natación martes y jueves. (Ver punto 7).

10.1. Novedades para el curso 2024-2025

La continuidad del programa está asegurada, ya que, no sólo se trabaja en el aumento del número de plazas, sino que tratamos también de ir adecuando la oferta de actividades a las necesidades que la ciudadanía demanda. Por ello una de las dos propuestas va dirigida a la plena inclusión e igualdad de oportunidades. Prueba de ello son algunas de las nuevas actividades que se describen en las siguientes líneas, así como, terminar de implementar algunas de las propuestas de años anteriores.

a. **2+20a MODEA**

Celebración del veinte aniversario del programa MODEA con la realización de una serie de eventos deportivos enfocadas a dar visibilidad y fomentar la inclusión mediante la práctica de la actividad física, salud y deportiva de personas con y sin discapacidad en los espacios naturales del municipio.

b. **Proyecto Inclusión Inversa**

MODEA está abriendo una línea experimental de participación de niños, niñas y jóvenes sin discapacidad en las diferentes actividades de temporada del programa.

c. **Colaboración Estudio**

Iniciar colaboración con el equipo de neuropediatría del Hospital Virgen de la Arrixaca para realizar una investigación de diseño longitudinal con personas con discapacidad, para determinar el efecto del ejercicio acuático puede tener sobre el control de crisis en niños y niñas con y sin epilepsia, así como la mejoría de la calidad de vida y la autoestima.

d. Nuevas Actividades

Aumentar y consolidar nuevas actividades.

1. Familia al Agua (FA)

Aumentar la oferta del programa de actividades acuáticas, con la puesta en marcha de un programa de estimulación acuática para bebés de meses a 2 años de edad en situación de riesgo biológico por retraso madurativo u otras patologías más severas. El subprograma se compone de 2 etapas.

Etapas 1. Programa Bañera (Baño en Casa).

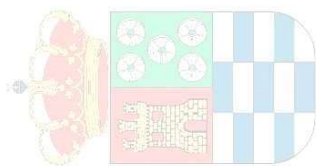
Estimulación acuática de bebés mediante el juego en la bañera de casa. (3 meses a 18 meses). Se trata de enseñar a las familias una serie de tareas de estimulación tanto previas al baño como durante el mismo.

Etapas 2. Programa Piscina.

Estimulación acuática de bebés en piscina pequeña mediante el juego en familia. Se sigue trabajando con la familia como paso previo al programa convencional de natación, en el caso de niños o niñas en situación de riesgo biológico o retraso madurativo leve. En otros casos será necesario continuar en el programa de actividades acuáticas MODEA.

Los turnos y horarios posibles para el **Grupo 1**: Itinerante (en casa de los bebés) y horario por determinar. **Grupo 2**: Martes y jueves de 17.00 a 18.00 horas y Lugar, piscina climatizada, vaso pequeño.

Este programa se desarrollará con **la participación de pediatras de los Centros de Salud de Molina de Segura** y con el **Centro Municipal de Atención Temprana**. Subprogramas fundamentado en el programa del mismo nombre y desarrollado por el Dr. Juan Vázquez Menlle.

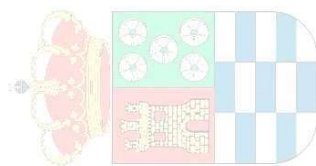


11. EL PLANTEAMIENTO INNOVADOR Y ORIGINAL

El **Programa Molina Deporte Adaptado** se presenta innovador, puesto que es infrecuente encontrar una oferta municipal de este tipo de actividades de temporada o estacionales, tanto a nivel de otros municipios de Murcia, como a nivel nacional. Hasta la fecha no nos consta de otro u otros municipios que desarrollen un programa con éstas características. En la Región de Murcia son ya varios los municipios que se han interesado por el programa.

Lo inusual de este programa es, que no sólo se centra como eje principal en el ámbito del desarrollo de competencias motrices, enfocadas a tareas de la vida cotidiana, las actividades físicas, orientadas hacia la salud y el deporte, generadoras de hábitos de vida saludables... Sino que también nos interesa, y mucho, los aspectos comunicativos, sociales y emocionales, por la dificultad que presentan las personas con discapacidad o enfermedades raras con un grado alto de afectación. Este tipo de actividades permiten aprendizajes que incluyen el desarrollo de habilidades motrices, de autonomía o independencia personal e interacciones sociales y comunicativas. Haciendo uso de los entornos naturales más cercanos al medio social de las personas.

Finalmente, el **planteamiento innovador y original** reside en la conjunción e integración de todas las acciones, respetando unos objetivos comunes, dentro de un verdadero **Programa municipal para la promoción de la actividad física saludable en la población con algún tipo de discapacidad o enfermedad poco frecuente**, confirmando la adherencia y el éxito del programa durante casi veinte años.



12. INCLUSIÓN DE CRITERIOS DE SOSTENIBILIDAD Y RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS DE LA AGENDA 2030

MODEA. Molina Deporte Adaptado está especialmente sensibilizado con alcanzar los Objetivo de Desarrollo sostenible marcados por la Agenda 2030, sabemos que todavía queda mucho por mejorar y ofrecer a las personas con discapacidad y/o enfermedades raras. El programa está principalmente relacionado de forma más específica, al **Objetivo 3 de la Agenda 2030**, sobre Salud y Bienestar, se corresponde de lleno con los siguientes derechos reconocidos por la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con discapacidad: 25. Salud y 26. Habilitación y rehabilitación.

Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades es uno de los objetivos que se incluye en el plan de acción para la implementación de la Agenda 2030. El ODS 3 tiene como objetivo garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades. En efecto, la salud es uno de los ámbitos donde se reflejan múltiples interacciones entre los ODS. Por ejemplo, impulsar la práctica deportiva como elemento de actividad física ligada a una vida saludable y, al mismo tiempo, como espacio educativo y cultural tiene un impacto importante en temas de género e integración. Desde la práctica deportiva a la alta competición, el deporte está ocupando un espacio transversal en las sociedades contemporáneas. Afecta a la salud, la educación, la cultura, los temas de género y los temas de integración. El desarrollo sostenible debe tener en cuenta esa realidad y aprovecharla en su beneficio.

La relevancia y la presencia de la actividad física y el deporte en la vida de la población en general es, actualmente, uno de las apuestas que se viene haciendo desde diferentes organismos internacionales vinculados con la salud y prueba de ello, son multitud de estudios científicos que así lo dicen, siendo también unos de los objetivos que se incluye en el plan de acción para la implementación de la Agenda 2030.

La Concejalía de Deporte y Salud de Molina de Segura desde hace varias décadas tuvo claro esto y por ello tiene una amplia oferta de actividades físico deportivas para todas las edades. Existe una voluntad de trabajar con el enfoque de transversalización de los contenidos de la Agenda 2030 en el campo de la salud pública y la implementación progresiva del marco de acción de “salud en todas las políticas”, ya que no solo hay que actuar en la prevención sino también en la promoción de la salud individual y colectiva en entornos lo más saludables posibles como sucede en Molina de Segura. Partiendo de iniciativas como el Programa de Prevención de la Obesidad Infantil y Juvenil de Molina de Segura, centrado en aspectos nutricionales y que recibió el premio Estrategia NAOS 2009 a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito escolar y premio Estrategia NAOS 2018 a la promoción de la práctica de actividad física en el ámbito escolar y Molina Deporte Adaptado obtuvo el segundo accésit en la categoría Promoción de la Práctica de Actividad Física en el Ámbito Familiar y Comunitario 2023.

Todo ello sin olvidar que se cumplen 20 años de atención a personas con discapacidad y/o enfermedades raras en 2025 del programa municipal para la promoción de la actividad física saludable en personas con discapacidad y enfermedades raras, intentando mejorar la salud de la persona, su calidad de vida y su integración en las actividades de la sociedad molinense.

El programa Molina Deporte Adaptado de alguna manera contempla **promover otros objetivos de la Agenda 2030.**

El ODS 1. Busca poner fin a la pobreza en todas sus manifestaciones para 2030. También tiene como objetivo garantizar la protección social de las personas en situación de pobreza o vulnerabilidad social, y aumentar el acceso a los servicios básicos. En la ordenanza reguladora de los precios públicos para la utilización de las instalaciones deportivas y servicios deportivos se contempla descuento por grado de discapacidad, por estar en paro o exención total de los precios por falta de recursos económicos.

El ODS 2. Tiene como uno de sus objetivos, la mejora de la nutrición. Sus metas atienden en primer lugar a la mejora de la alimentación a través del acceso de todas las personas a una alimentación sana, nutritiva y suficiente y la erradicación de todas las formas de malnutrición, dando información y charlas sobre alimentación saludable a las familias de las personas con discapacidad usuarias del programa.

El ODS 4 busca garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos. Las estadísticas del Ministerio de Educación, Cultura y Deportes (MECD) para el año 2015-16 indican que el porcentaje de alumnado con necesidades educativas especiales que recibe apoyo supone el 2,6% del alumnado matriculado y que el 83,0% está integrado en centros ordinarios. La tendencia es incorporar al alumnado con necesidades educativas especiales en los centros ordinarios dotándolo de los apoyos necesarios para su inclusión efectiva tal como establece la Convención de NNUU sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad ratificada por España en el año 2008. La Concejalía de Educación junto a la concejalía de Deporte y Salud, a través de MODEA, pusieron en marcha el programa Natación Aulas Abiertas (**Aula abierta** es un aula que se crea en un centro ordinario para dar respuesta al alumnado gravemente afectado), programa descrito en el punto 7.1.2.

El ODS 5. Lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres y las niñas.

Busca conseguir la igualdad real de mujeres y hombres. MODEA es un programa abierto a la participación de personas con discapacidad independientemente del sexo, nacionalidad.

El 15% de las participantes en el programa son mujeres, el 85% hombres teniendo en cuenta que la incidencia de personas con discapacidad es mucho mayor en hombres. El 20% son niños y niñas de otras nacionalidades.

Respecto a los monitores y monitoras destacar que en los diferentes equipos de trabajo a lo largo de estas casi dos décadas, han sido muchos los equipos que en su mayoría eran mujeres. Actualmente el equipo lo componen 6 personas y de manera casual se ha dado paridad.

El ODS 6. Busca garantizar el suministro de agua en cantidad y en calidad suficientes es fundamental para el desarrollo de la sociedad y para la lucha contra la pobreza y las enfermedades en cualquier parte del mundo. El carácter transversal del agua hace que sea un recurso fundamental para el desarrollo sostenible a nivel económico, social y ambiental. El agua es, por tanto, un recurso imprescindible en el mantenimiento de los ecosistemas, pero sobre todo es un derecho esencial para la vida y la dignidad de los seres humanos. Desde el programa se trata de educar a todos los usuarios y usuarias del uso responsable del agua durante la ducha al finalizar la actividad de manera breve para reducir el consumo de agua.

El ODS 7. Se centra en el sector energético y busca garantizar el acceso universal a una energía asequible, segura, sostenible y moderna. Este ODS está íntimamente relacionado con el ODS 13 Adoptar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos. La paulatina penetración de fuentes renovables implementaría beneficios, tanto de carácter medioambiental, en forma de reducción de emisiones, señalando que en 2021, se instalaron paneles solares en todas las instalaciones deportivas municipales.

El ODS 8. Está directamente relacionado con el ámbito del trabajo.

Reducir la tasa de desempleo, mejorar las condiciones laborales y aumentar la productividad laboral. No se puede concebir una mejora en las condiciones de vida de las personas sin abordar el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, sin un empleo productivo y en condiciones dignas. El crecimiento del programa Molina Deporte Adaptado contribuye de manera pequeña al aumento de puestos de trabajos con formación académica.

El ODS 10. Molina Deporte Adaptado intenta llegar al objetivo que promueve reducir la desigualdad causada por motivos como el sexo, edad, discapacidad, raza, etnia o religión dentro de España y la contribución de España a la reducción de la desigualdad entre países, para lo que promueve la adopción de las políticas y la legislación pertinentes. Especialmente, en el caso de las personas con discapacidad, que conviven con un agravio comparativo económico muy relevante, que les supone gastos adicionales en su vida diaria, al tener que adquirir medios técnicos y de apoyo para el desarrollo de su autonomía personal y vida independiente.

El ODS 11. Lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resilientes y sostenibles. El tradicional modelo de ciudad española (conocido como “la ciudad mediterránea”) es compacto, razonablemente denso, complejo, con mezcla de usos, tamaño medio, con espacios urbanos seguros, saludables y de calidad, que garantizan la convivencia y fomentan la diversidad social. Son un reclamo atractivo, tanto para sus habitantes, como para quiénes las visitan. MODEA permite la participación de personas con discapacidad y/o enfermedades raras de otros municipios de la Región de Murcia.

El ODS 12. Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles. Este ODS busca promover la gestión sostenible y el uso eficiente de los recursos naturales, reducir la generación de residuos y el desperdicio de alimentos, y fomentar la gestión ecológicamente racional de los productos químicos. MODEA recomienda utilizar menos plásticos o incluso reutilizar, p.e. utilizar hasta que se pueda la misma bolsa para guardar los bañadores, toallas..., después de terminar la actividad, utilizar gel y otros productos de aseo personal más naturales.

El ODS 13. Adoptar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos. Se insta a adoptar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos. La lucha contra el cambio climático, tanto la reducción de emisiones de gases de efecto invernadero como la adaptación al cambio climático, es una prioridad para España. Por ejemplo, hacer cuando así puedan el desplazamiento a las instalaciones deportivas caminando, compartir con otras familias el coche para acudir a las actividades físico deportivas...



AYUNTAMIENTO DE
MOLINA DE SEGURA
Concejalía de Deporte y Salud