

“PASAIA BADIA AKTIBOA” ZERBITZUA KONTRATATZEKO BALDINTZA TEKNIKOEN AGIRIA

1.- HELBURUA

Kontratu honen bitartez, Pasaia Badia Aktiboa (PBA) estrategiaren programaren koordinazio eta kudeaketa zerbitzua emango da. Programa horren helburu nagusiak hauek dira: bizitza aktiboa sustatzeko eta sedentarismoari aurre egiteko politikak sustatzea eta pertsonen bizi-ohituretan eta jokabidean aldaketa eragitea. Horretarako, besteak beste, jarduera fisikoaren eta kirolaren Orientazio Zerbitzua koordinatzea, zeinak adin tarte guztietarako esku-hartze eta zerbitzuak barne hartzen dituen; eta adin goiztiarretan jarduera fisikoa sustatzeko programak garatzea eta koordinatzea.

2.- IRAUPENA

Kontratu honek, guztira, bi urteko iraupena izango du, eta beste bi urtez luzatzeko aukera izango da. Kontratua 2023ko irailaren 12an hasiko da.

3.- EGINKIZUN OROKORRAK

Indarrean dauden Lege eta bestelako dekretuez gain, PBaren estrategiarako erreferentziazko marko hauek zeharka kontuan hartu beharreko dira:

- JARDUERA FISIKOARI BURUZKO EKINTZA PLAN GLOBALA 2018-2030. GAPP.
- OMEren jarduera fisikoaren eta sedentarismoaren gidalerroak.
- Osasunerako jarduera fisikoa eta sedentarismoa murriztea. Herritarrentzako gomendioak 2022.
- Jarduera fisikorako onuragarriak diren zortzi inbertsio.
- Mugiment sareen gida.
- Orientazio zerbitzuen gida.
- Herri hezitzaileen gidak.
- Gipuzkoako lehentasunezko herritar taldeetan bizimodu aktiboa sustatzea (GFA).

PLIEGO DE PRESCRIPCIONES TÉCNICAS PARA LA CONTRATACIÓN DEL SERVICIO BAHÍA ACTIVA DE PASAIA

1.- OBJETO

Mediante el presente contrato se prestará el servicio de coordinación y gestión del programa de la estrategia Pasaia Bahía Activa (PBA). Los objetivos principales de este programa son fomentar políticas de promoción de la vida activa y lucha contra el sedentarismo y promover un cambio en los hábitos de vida y en el comportamiento de las personas. Concretamente, por un lado, la coordinación del Servicio de Orientación para la actividad Física y Deportiva que abarca intervenciones y servicios en todas las franjas de edad del municipio de Pasaia; y por otro lado, el desarrollo y coordinación de determinados programas para el fomento de la práctica de la actividad física desde edades tempranas hasta la vejez activa.

2.- DURACIÓN

La duración total de este contrato será de dos años, prorrogables por otros dos. El contrato se iniciará el 12 de septiembre de 2023.

3.- FUNCIONES GENERALES

Además de las Leyes y otros decretos vigentes, deben tenerse en cuenta transversalmente los siguientes marcos de referencia para la estrategia PBA:

- PLAN GLOBAL DE ACCIÓN SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA 2018-2030. GAPP.
 - Directrices de la OMS para la actividad física y el sedentarismo.
 - Actividad física para la salud y reducción del sedentarismo. Recomendaciones para la ciudadanía 2022.
 - Ocho inversiones beneficiosas para la actividad física.
 - Guía de redes Mugiment.
 - Guía de servicios de orientación.
 - Guías de municipios educadores.
 - Promoción de la vida activa en los colectivos prioritarios de población de Gipuzkoa (DFG).
- La empresa adjudicataria deberá realizar las siguientes funciones:

Enpresa esleipendunak honako eginkizun hauek bete beharko ditu:

PASAIA BADIA AKTIBOA PROGRAMA

A. ADINGABEKOAK

A1.-Adin-tarte honetan Lehen Hezkuntzako 1. eta 2. mailako eskola kiroleko programak koordinatuko dira (Jolas Hezi), eta ikastetxeei laguntza, orientazioa eta aholkularitza emango zaie horiek garatzeko.

A2.-Adin-tarte honetan Lehen Hezkuntzako 3. mailatik 6. mailara bitarteko eskola kiroleko programak koordinatuko dira (eskualdeko multikiroleko programa); programa bera koordinatu eta kudeatuko da; eta ikastetxeei laguntza, orientazioa eta aholkularitza emango zaie horiek garatzeko. Kirol Eskolak.

Ikastetxeetan programa honen ardura duten koordinatzaile pedagogikoei eta begiraleei laguntza eta orientazioa eman.

Eskola kiroleko urteko programaren lanketan eta kudeaketan lagundu, Oarsoaldeko lau udaletako eskola kiroleko teknikariekin, eta Oarsoaldea S.A.-k izendatutako eskola kiroleko koordinatzaile orokorrekarekin batera.

Eskualdeko kirol instalazioetan asteburuetan garatzen den kirol programa ongi gauzatzeaz arduratu. Erreferentziako instalazioa Donibaneko kiroldegia da, eta hori gainbegiratu beharko du. Jardunaldi batean instalazio hori erabili behar ez bada, beharrezkoa izanez gero, koordinazio-zerbitzua eskualdeko beste leku batean emango da.

Eskolako begiraleei lagundu, eta sortu ohi diren arazoak konpontzen ahalegindu, hala nola: instalazio itxiak, arbitro falta, hutsegiteak, material falta, gatazkak eta desadostasunak...

EKI eta EKEn taldeen osaketarako eta jarraipenerako beharrezkoak diren izapideak eta ekintzak jorratuko dira.

Ikasturtero JFK sailarekin elkarlanean, alde batetik herriko Kirol Eskolen baimenen

PROGRAMA BAHÍA ACTIVA DE PASAIA

A. MENORES

A1.- En este tramo se coordinarán los programas de deporte escolar de 1º y 2º de Educación Primaria (Jolas Hezi) y se prestará apoyo, orientación y asesoramiento a los centros escolares para su desarrollo.

A2.-En este tramo se coordinarán los programas de deporte escolar de 3º a 6º de Primaria (programa comarcal de multideporte); se coordinará y gestionará el propio programa; y se prestará apoyo, orientación y asesoramiento a los centros educativos para su desarrollo. Escuelas Deportivas.

Apoyar y orientar a los/las coordinadores/as pedagógicos/as y monitores/as responsables de este programa en los centros.

Colaborar en la elaboración y gestión del programa anual de deporte escolar junto con el personal técnico de deporte escolar de los cuatro ayuntamientos de Oarsoaldea y el/la coordinador/a general de deporte escolar designado por Oarsoaldea S.A.

Velar por el buen desarrollo del programa deportivo que se desarrolla los fines de semana en las instalaciones deportivas de la comarca. La instalación de referencia es el polideportivo de Donibane, que deberá ser supervisado. En caso de que una jornada no requiera el uso de esta instalación, si fuera necesario, el servicio de coordinación se prestará en otro lugar de la comarca.

Ayudar a los/las monitores/as del centro escolar y tratar de resolver los problemas que suelen surgir, tales como instalaciones cerradas, falta de árbitros, equivocaciones, falta de material, conflictos y desacuerdos.

Se realizarán todas las tareas precisas para la creación y mantenimiento de los grupos EKI y EKE.

Se realizará el seguimiento cada inicio de temporada de las autorizaciones tanto de las

jarraipena egingo da eta bestetik bertan diharduten kirolari eta teknikariena.

A3. Adin-tarte honetan Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzako eskola kiroleko programak koordinatuko dira (PKB, Pasaia Kirol Badia Kluba); programa bera sortu, koordinatu eta kudeatuko da; eta ikastetxeei laguntza, orientazioa eta aholkularitza emango zaie hori garatzeko.

Adierazitako kirol programa sortu, kudeatu, koordinatu eta egikaritzeaz arduratu era integralean.

Programa egikaritzeko beharrezko begiraleak hautatu, kontratatu, prestatu eta aholkularitza eman.

A4.-PBAfit data.

Pasaia Badia Aktiboa estrategiaren barnean, Jarduera Fisikorako eta Kirolerako Orientazio Zerbitzuaren luzapen gisa, Pasaia udalerriko 6-18 urte bitarteko haur eta nerabeen lagin adierazgarri baten jarduera fisikoaren eta sedentarismoaren maila deskribatu nahi da. Ondoren, euren aisialdiko denboran egiten dituzten jarduerak eta haien aktibotasun-maila kontuan hartuta, interbentzio programa bat diseinatu eta martxan jarriko da, haur eta nerabe horien bizitza ohitura osasuntsuen aldeko apustua egiteko.

Ikerketa hori populazio orokorraren parte batean zentratzen da. Izan ere, Pasaia Badia Aktiboa Estrategiak martxan daraman urteetan izan dituen bizipen eta adierazle ezberdinetan oinarritua, lehentasunezko populazio bezala izendatzea beharrezkoa da, etorkizuneko bizi ohiturak ezinbestean zehazten eta finkatzen diren garaia baita haurtzaroa zein nerabezaroa.

Bizitza ohituen eta, bereziki, jarduera fisikoarekin edota kirolarekin zerikusia duten datu objektiboen berri ez du Pasaia Badia Aktiboak.

Hori dela eta, hurbilpen estatistiko bat beharrezkoa da alor horretan ikerkuntza

escuelas deportivas como de los deportistas y técnicos de las mismas en colaboración con el Departamento de AFD.

A3 En este tramo de edad se coordinarán los programas de deporte escolar de Educación Secundaria Obligatoria (PKB, Club Pasaia Kirol Badia), se creará, coordinará y gestionará el propio programa y se dará apoyo, orientación y asesoramiento a los centros escolares para su desarrollo.

Responsabilizarse de la creación, gestión, coordinación y ejecución integral de dicho programa deportivo.

Seleccionar, contratar, formar y asesorar al personal monitor necesario para la ejecución del programa.

A4.-PBAfit data.

Dentro de la estrategia Pasaia Bahía Activa, como prolongación del Servicio de Orientación para la Actividad Física y el Deporte, se pretende describir el nivel de actividad física y sedentarismo de una muestra representativa de niños, niñas y adolescentes de 6 a 18 años del municipio de Pasaia. Posteriormente, teniendo en cuenta las actividades que realizan durante su tiempo de ocio y su nivel de actividad, se diseñará y pondrá en marcha un programa de intervención que apueste por los hábitos de vida saludables de estos niños, niñas y adolescentes.

Este estudio se centra en una parte de la población general. Y es que, en base a las diferentes vivencias de la Estrategia Bahía Activa Pasaia en los años que lleva en marcha y otros indicadores, es necesario denominarla como población prioritaria, ya que tanto la infancia como la adolescencia son épocas en las que se determinan y consolidan inevitablemente los hábitos de vida futuros.

Pasaia Bahía Activa desconoce los hábitos de vida y, en particular, los datos objetivos relacionados con la actividad física y/o el deporte.

Por ello, es necesario un acercamiento estadístico que permita la investigación en este campo y la toma de conclusiones,

ahalbidetzeko eta ondorio, neurri eta erabaki eraginkorrak hartzeko.

Datu hauek erakusten dutenaz gain, jarduera hau ez ezik, egiten dituzten beste batzuk eta hauen nolakotasuna ezagutu nahi da, baita egunaren gainontzeko orduetan haur eta nerabe hauek duten aktibotasun-maila ere.

Honela, Pasaiaiko testuingurua azalduko duen eta Eusko Jaurlaritzako Mugiment programaren barruan egingo duen ikerketa objektiboaz gain, informazio sakonagoa eskuratzeko asmoz, sortu da aukera hau. Helburuak

Ikerketa honen helburu nagusia da eskolaratze aldiaren dauden pasaitar haur eta nerabeek egunerokotasunean egiten dituzten jarduerak bizi-ohitura aktiboetan nola eragiten duten aztertzea eta bertan eragitea. Beste era batera esanda:

Estrategiak dioen bezala, Pasaia badia aktiboagoa izan dadin, ikerketa ekintzailea aurrera eramatea, fokua haur eta nerabeengan jarritz.

Pasaiaiko haur eta nerabeen jarduera fisiko eta sedentarismo maila neurtzea.

Haien aisialdiko jardueren nolakotasuna aztertzea.

Pasaia Badia Aktiboa Estrategian aurrerapauso bat ematea, eta erabiltzaile potentzialak izan ditzaketen ezaugarriak identifikatzea

Pasaia, badia aktiboagoa izan dadin jarduera fisikoko eta kiroleko eskaintzek (edo aktibotasuna bultzatzen duen beste edozein eskaintzak) izan beharreko ezaugarriak identifikatzea eta aktibotasun-maila areagotzeko gakoak eskuratzeko.

Pasaia Badia Aktiboaren filosofiaren ildotik eta ikerketatik ateratako emaitzekin interbentzio programa bat diseinatu eta ezartzea.

Harreman-bideak jorratzea.

medidas y decisiones efectivas.

Además de lo que muestran estos datos, se pretende conocer no sólo esta actividad, sino otras que realizan y la naturaleza de las mismas, así como el grado de actividad de estos niños, niñas y adolescentes durante el resto del día.

De esta manera, además de la investigación objetiva que explicará el contexto de Pasaia y que se llevará a cabo dentro del programa Mugiment del Gobierno Vasco, se ha creado esta posibilidad con el fin de obtener una información más exhaustiva.

Objetivos

El objetivo principal de esta investigación es analizar de qué manera influyen las actividades que realizan cotidianamente los/las niños/as y adolescentes pasaitarras en periodo de escolarización en los hábitos de vida activos, e incidir en dichos hábitos. Dicho de otra manera:

Tal y como dice la estrategia, desarrollar una investigación emprendedora para que Pasaia sea una bahía más activa, poniendo el foco en los/las niños/as y adolescentes.

Medir el grado de actividad física y sedentarismo de los/las niños/as y adolescentes de Pasaia.

Análisis de la naturaleza de sus actividades de ocio.

Dar un paso adelante en la estrategia Pasaia Bahía Activa, identificando las características que pueden tener los/las usuarios/as potenciales.

Identificar las características que debería tener la oferta de actividad física y deportiva (o cualquier otra oferta que impulse la actividad), y obtener claves para incrementar el nivel de actividad, con el fin de que Pasaia sea una bahía más activa.

Diseño e implantación de un programa de intervención en línea con la filosofía de Pasaia Bahía Activa y con los resultados de la investigación.

Desarrollar vías de comunicación.

Eragileekin izango den lankidetza definitzea

A5.-Ikastetxeen eta orientazio zerbitzuen arteko elkarlana bultzatzeko proposamena.

Badira urte batzuk jarduera fisikoko orientazio zerbitzuak lanean hasi zirenetik EAEn. Orain arteko bidean protagonismo berezia izan dute udaletako kirol zerbitzuek, osasun zentroek eta neurri txikiago batean gizarte zerbitzuek.

Orientazio zerbitzuen beste ezaugarri bat izan da adineko pertsonen zuzenduta egon direla batez ere. Biztanleriaren zahartzearekin batera adinekoek osasun baliabide gehiago erabiltzen dituzte eta horrek gero eta gastu handiagoa dakar osasun sistemarentzat. Egoera horri aurre egiteko bidea promozioa eta prebentzioa direla gero eta argiago dago eta eskema horretan jarduera fisikoa goi mailako lehengaita da.

Hala ere, eskarmentuaren bidez ikasten ari gara adinean gora joan ahala zailagoa dela gure bizi ohiturak aldatzea eta horrekin batera jarduera fisikoa gure bizitzan txertatzea.

Ikastetxean jarduera fisikoa sustatzeko estrategia.

Orientazio zerbitzuaren lanaren testuingurua sortzea garrantzitsua da. Udalerriko orientazio zerbitzuarekin sortuko den elkarlanak marko estrategikoa izan behar du ikastetxean. Kasu gehienetan marko estrategikoa sortuta dago, hezkuntza ez arautuko proiektu edo eskolaz kanpoko programen bitartez. Beste batzuetan sortu egin beharko da.

Gomendagarria da ikastetxe bakoitzak jarduera fisikoa sustatzea helburu duten proiektuak garatzea, hezkuntza arautua eta ez arautua integratzen dituztenak.

Udalak beste eragile batzuen laguntzarekin herritarren eskura jartzen duen doako zerbitzua da.

Jarduera fisikoaren orientazio zerbitzuaren

Definir el trabajo conjunto con los diferentes agentes.

A5.- Propuesta de impulso de la colaboración entre los centros educativos y los servicios de orientación.

Los servicios de orientación de actividad física en la CAPV llevan años trabajando. Los servicios deportivos municipales, los centros sanitarios y, en menor medida, los servicios sociales han tenido un protagonismo especial en la trayectoria seguida.

Otro rasgo característico de los servicios de orientación ha sido que han estado dirigidos principalmente a personas mayores. Con el envejecimiento de la población, las personas mayores utilizan más recursos sanitarios, lo que supone un gasto creciente para el sistema sanitario. La promoción y la prevención son la vía para hacer frente a esta situación y en este esquema la actividad física es una materia prima superior.

Sin embargo, a través de la experiencia estamos aprendiendo que con la edad es más difícil cambiar nuestros hábitos de vida e integrar la actividad física en nuestra vida.

Estrategia de promoción de la actividad física en el centro educativo.

Es importante contextualizar el trabajo del servicio de orientación. La colaboración con el servicio de orientación del municipio debe ser un marco estratégico en el centro. En la mayoría de los casos el marco estratégico ya está creado, mediante proyectos de educación no reglada o programas extraescolares. En otros casos habrá que crearlo.

Es recomendable que cada centro desarrolle proyectos que tengan como objetivo fomentar la actividad física, integrando la educación reglada y no reglada.

Es un servicio gratuito que el Ayuntamiento pone a disposición de la ciudadanía en colaboración con otros agentes.

El servicio de orientación de la actividad

helburua da arrazoi edo kausa diferenteengatik pertsona inaktiboak direnei laguntza ematea, euren bizitzetan ohitura modura txerta dezaten jarduera fisikoa, horri esker egoera fisikoa zein ongizate orokorra hobetuko baitituzte.

Hain zuzen ere, orientatzailearen xedea da ikasleei informazioa, prestakuntza, aholkua, gidaritza eta laguntza ematea, jarduera fisiko erregularra eginez bizimolde osasungarriak har ditzaten.

A6.-Krasfit Ibaiondo.

Zer da?

Askotariko ariketetan oinarritutako intentsitate handiko entrenamendu funtzionala.

Zein dira helburuak?

- Pasaiaiko herritarrei jarduera eskaintza berri eta integral bat eskaintzea, adin tarte horietan sumatu diren beharrak eta hutsuneak asetzeko.
- Norberaren egoera fisikoa hobetzeko ikastaroen eskaintza berritzailea plazaratzea.
- Herriarentzako sozializazio espazio berriak sortzea.

B- HELDUAK

B1. Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Orientazio Zerbitzua kudeatzeaz, koordinatzeaz eta gauzatzeaz arduratu, eta zerbitzu horren barruan esleitzen zaizkion eginkizunaz arduratu, MUGIMENTek, GFAk edota tokiko errealitateak ezarritako kanonen arabera.

<https://www.pasaia.eus/eu/kirol-orientazio-zerbitzua>

Bideratzeko eginkizuna dutenen eginkizun nagusiak:

Hauek dira eragile horien eginkizun nagusiak:

física tiene como objetivo apoyar a las personas inactivas por diferentes motivos o causas para que incorporen la actividad física como hábito en sus vidas, lo que les permitirá mejorar su condición física y su bienestar general.

La finalidad del orientador u orientadora es, precisamente, informar, formar, asesorar, dirigir y acompañar al alumnado en la adquisición de estilos de vida saludables mediante la realización de una actividad física regular.

A6.-Crasfit Ibaiondo.

¿De qué se trata?

Entrenamiento funcional de alta intensidad basado en ejercicios variados.

¿Cuáles son los objetivos?

- Ofrecer a la ciudadanía pasaitarra una actividad nueva e integral, para cubrir las necesidades y carencias detectadas en esa franja de edad.
- Lanzamiento de una innovadora oferta de cursos para mejorar la condición física personal.
- Crear nuevos espacios de socialización para el pueblo.

B- ADULTOS/AS

B1. Encargarse de la gestión, coordinación y ejecución del Servicio de Orientación de la Actividad Física y el Deporte, así como de las funciones que se le asignen dentro de dicho servicio, de acuerdo con los cánones establecidos por MUGIMENT, la DFG o la realidad local.

<https://www.pasaia.eus/eu/kirol-orientazio-zerbitzua>

Funciones principales de las personas con funciones orientadoras:

Las funciones principales de estos agentes

- Jarduerarik egiten ez duten pertsonak identifikatu.
- Jarduera fisikoaren onuren berri eman.
- Jarduerarik egiten ez dutenei jarduera fisikoa egiteko aholkatu.
- Jarduerarik egiten ez duten pertsonak orientazio gune batera bideratu, bideratze-inprimaki baten bidez; jarduera fisikoaren arloko profesionalak aholkua eman diezaieten.
- Jarraipen hartu-emanak egin. Orientazio-zerbitzuan sartzen diren pertsonen bilakaeraren jarraipena egiteko, motibazioa lantzeko harremanak izan behar dituztela ahaztu gabe.

BIDERATZEA

Fase honetan pertsona aditu eta gaitu batek jarduerarik egiten ez duten pertsona gisa sailkatu direnei Orientazio Zerbitzura joateko gomendioa egiten die.

Beharrezkoa iruditzen zaigu azpimarratzea bideratze-prozesuan hainbat eragilek parte har dezaketela, ez bakarrik osasun arlokoek; eta jarduketan helburua izango dela aztertzea, informatzea/aholkatzea eta hitzordua ematea, Orientazio Zerbitzura joateko.

Agente deribatzaileak:

OSAKIDETZA:

<https://www.pasaia.eus/eu/osakidetza>

GIZARTE ZERBITZUAK

KIROLGUNEAK

HERRIKO BESTELAKO ERAGILEAK

ESKOLAK

UDALEKO GGBB SAILA (Langileak)

son:

- Identificar a las personas que no practican ninguna actividad.
- Informar sobre los beneficios de la actividad física.
- Aconsejar a las personas que no realizan ninguna actividad que practiquen alguna actividad física.
- Derivar a las personas que no realizan actividad a un punto de orientación a través de un formulario de derivación para ser asesoradas por profesionales de la actividad física.
- Establecer contactos de seguimiento. Para hacer un seguimiento de la evolución de las personas que acceden al servicio de orientación, sin olvidar que deben relacionarse para trabajar la motivación.

DERIVACIÓN

En esta fase una persona experta y cualificada recomienda acudir al Servicio de Orientación a las personas clasificadas como personas sin actividad.

Consideramos necesario destacar que en el proceso de derivación pueden participar diferentes agentes, no sólo sanitarios, y que las actuaciones tendrán como objetivo analizar, informar/asesorar y citar para acudir al Servicio de Orientación.

Agentes derivadores:

OSAKIDETZA:

<https://www.pasaia.eus/eu/osakidetza>

SERVICIOS SOCIALES

COMPLEJOS DEPORTIVOS

OTROS AGENTES DEL MUNICIPIO

CENTROS DE ENSEÑANZA

DEPARTAMENTO DE RRHH (personal)

ORIENTAZIOA

Prozesuaren atal honetan sartzen da jokoan orientatzailea. Erabiltzailearekin duen hartu-emanean hainbat zeregin egiteko aholkatzen da:

Lehenengo zeregina da HASIERAKO EBALUAZIOA/ELKARRIZKETA, orientazioa eskainiko zaion pertsona erakarri ondoren. Zeregin nagusiak hauek dira: harrera egin, beharrezko galdetegiak egin, informazioa emateko hizketaldia edo hizketaldiak izan, eta hurrengo hitzordua ezarri.

Bigarren zeregina hau da: zerbitzuaren erabiltzailearen ORIENTAZIO PLANA diseinatu. Horren helburu nagusia da pertsona horrek jarduera fisikoari eustea. Prozesuaren zati hau ekintza hauen bidez gauza daiteke: AHOLKATU-GIDATU-LAGUN EGIN.

Hirugarren eta azken zeregina hau da: IKUSKATU/EBALUATU. Helburu nagusiak dira erabiltzaileak praktikari eustea, gogobetetze-maila handia lortzea, zalantzak konpontzea eta jarduera fisikoa egiteko aukera berriak eskaintzea.

C EMAKUME AKTIBOAK

C1.-AMAFIT programa: Ama, haur eta familien ongizatearen bila jarduera fisikoa eta bizi ohitura aktiboen ikuspegitik abian jarriko den programa berria da.

Zer izango da?

Pasaiaiko emakume eta familiak erditze aurreko, erditze osteko eta haurren 3 urte arte bitarteko jarduera fisiko gomendioak bete ditzaten eta osasuntsu mantentzeko programa integrala izango da, ondorengo atalak izango dituen: emakumeentzako erditze-aurreko saioak, erditze-osteko saioak, haur-familia txokoa.

Norentzat da?

-Emakume haurdun eta erditu ondorengo guztientzat dira, haien adina, testuinguru kulturala edo maila sozioekonomikoa edozein izanda ere.

ORIENTACIÓN

El orientador u orientadora entra en juego en este apartado del proceso. En su relación con la persona usuaria se aconseja realizar diversas tareas:

La primera tarea es la EVALUACIÓN INICIAL/ENTREVISTA, tras atraer a la persona que se va a orientar. Las tareas principales son la recepción, la realización de los cuestionarios necesarios, la charla o conversaciones informativas y el establecimiento de la siguiente cita.

La segunda tarea es diseñar el PLAN DE ORIENTACIÓN de la persona usuaria del servicio, con el objetivo principal de mantener la actividad física de la persona. Esta parte del proceso se puede llevar a cabo a través de las siguientes acciones: ACONSEJAR-GUIAR-ACOMPañAR.

La tercera y última tarea es: INSPECCIONAR/EVALUAR. Los objetivos principales son que la persona usuaria mantenga la práctica, consiga un alto grado de satisfacción y resuelva dudas, así como ofrecerle nuevas opciones para realizar actividad física.

C MUJERES ACTIVAS

C1.- Programa AMAFIT: Se trata de un nuevo programa que se pondrá en marcha desde la perspectiva de la actividad física y los hábitos de vida activos en busca del bienestar de madres, niños/as y familias.

¿De qué se trata?

Se trata de un programa integral de apoyo a las mujeres y familias de Pasaia para el cumplimiento de las recomendaciones de actividad física en el preparto, posparto y hasta los 3 años de edad y para el mantenimiento de la salud, que consta de sesiones preparto para mujeres, posparto y un rincón para niños-familias.

¿A quién va dirigido?

-Está dirigido a todas las mujeres embarazadas y que acaban de parir, independientemente de su edad, contexto cultural o nivel socioeconómico.

-Haur bat izan berri duten guraso ororentzat.

C2.-EMAKUME KORRIKALARI egitasmoa.

Zer da?

Emakumeek elkarrekin korrika egiteko taldea da.

Zein dira helburuak?

- Emakumeak jarduera fisikoan eta kirol arloan ahalduntzeko, eta emakumeen osasuna hobetzeko espazioa izango da.
- Sareetan beste emakume batzuekin batera, norberaren ahalmenak, mugak, erronkak eta zailtasunak partekatzea.
- Emakumeen autonomia, konfiantza eta bizitzak hobetzeko bide izatea taldea.

C3.-EMAKUME PALISTA egitasmoa.

Zer da?

Emakumeentzako prestakuntza-ikastaroa da, norberaren gaitasunak eta jokoa hobetzeko.

- Zein dira helburuak?
- Emakumeak jarduera fisikoan eta kirol arloan ahalduntzea, bereziki pala jokoa.
- Herrikoiak diren pala txapelketak prestatzea.
- Sareetan beste emakume batzuekin batera, norberaren ahalmenak, mugak, erronkak eta zailtasunak partekatzea.
- Emakumeen autonomia, konfiantza eta bizitza hobetzeko bide izatea taldea.

C4.-Bestelako jarduerak GFAko Emakumeok Kirolari aterkiaren barruan.

Emakumezkoen aktibotasunaren garapena

-Para todos los padres que acaban de tener un/a hijo/a.

C2.-Proyecto EMAKUME KORRIKALARI.

¿Qué es?

Es un grupo para que las mujeres puedan correr juntas.

¿Cuáles son los objetivos?

- Será un espacio para el empoderamiento de las mujeres en la actividad física y en el ámbito deportivo, y para la mejora de su salud.
- Compartir en las redes, junto con otras mujeres, las propias capacidades, limitaciones, retos y dificultades.
- Que este grupo sea una vía para mejorar en la autonomía, la confianza y la vida de las mujeres.

C3.-Proyecto MUJER PALISTA.

¿Qué es?

Se trata de un curso de formación para mujeres, para mejorar la capacidad personal y el juego.

- ¿Cuáles son los objetivos?
- Empoderamiento de las mujeres en la actividad física y en el deporte, especialmente en el juego de pala.
- Preparación de campeonatos de pala populares.
- Compartir en las redes junto con otras mujeres las propias capacidades, limitaciones, retos y dificultades.
- Que este grupo sea una vía para mejorar la autonomía, la confianza y la vida de las mujeres.

C4.- Otras actividades dentro del paraguas Emakumeok Kirolari de la DFG.

Para promover, apoyar, y visibilizar el

sustatu, babestu, lagundu eta bistartzeko. oinarritik eliteraino, emakumezkoen kirola sustatzeko eta bistartzeko dinamikak, proiektuak eta ekimenak sortuz, eta garatzen jarraitzeko beharra azalduz.

Informazio gehiago:

<https://www.gipuzkoa.eus/eu/web/kirolak/emakumeok-mugimenduan-app>

D-ADINEKO POPULAZIOA

Edozein motatako biztanleak aktibatzeke, eta pertsonen bizi-kalitatea eta osasuna hobetzeko helburua duten bestelako zeharkako programak sar daitezke. Lan horiek sareko lankidetzaz eta koordinazio maila handia eskatzen dute, zeharkakotasun maila optimo eta eraginkorra ziurtatzearen.

E.-ZEHARKAKO PROGRAMA AKTIBOAK

A. ADINGABEKOAK

A1. Jolas Hezi:

Ikastetxeei laguntza, orientazioa eta aholkularitza eman, programa ezartzeko eta/edo garatzeko garaian.

A2. Kirol anitza programa:

Eskola kiroleko programan parte hartzen duten Pasaia ikastetxe guztien jarraipena egin. Etorkizunean Anunciata ikastetxea sartzeko aukera aztertu eta sustatu.

Ikastetxeetako irakasle eta begiraleen jarraipena eta koordinazioa egin, euren jarrera zaintzeko; saioak egoki garatzen direla egiaztatu; horien guztien eta eskualdeko egituraren arteko koordinazioa gauzatu; euskararen erabilera zaindu; eta balioen inguruan egiten den zeharkako lana egokia dela ziurtatu.

Saioen kalitatea ziurtatzearen, eskolako begiraleei oinarritzko prestakuntza eskaini, horretarako prestatutako ikastaroen bitartez. Eskola kiroleko balioen kontratua landu, eta ikastetxearen kirol proiektua etengabe

desarrollo de la actividad femenina. desde la base hasta la élite, generando dinámicas, proyectos e iniciativas de promoción y visibilización del deporte femenino y planteando la necesidad de continuar con su desarrollo.

Para más información:

<https://www.gipuzkoa.eus/eu/web/kirolak/emakumeok-mugimenduan-app>

D-POBLACIÓN MAYOR

Se pueden incluir otros programas transversales que tengan como objetivo activar a la población de cualquier tipo y mejorar la calidad de vida y la salud de las personas. Estos trabajos requieren un alto grado de colaboración y coordinación en red para asegurar un nivel de transversalidad óptimo y eficaz.

E.- PROGRAMAS ACTIVOS TRANSVERSALES

A. MENORES

A1. Jolas Hezi:

Apoyar, orientar y asesorar a los centros en la implantación y/o desarrollo del programa.

A2 Programa de multideporte:

Realizar el seguimiento de todos los centros escolares de Pasaia que participan en el programa de deporte escolar. Estudiar y promover la futura incorporación del centro Anunciata.

Realizar el seguimiento y la coordinación del profesorado y del personal monitor de los centros para cuidar su actitud, verificar el correcto desarrollo de las sesiones, realizar la coordinación entre todos ellos y la estructura de la comarca, velar por el uso del euskera y asegurar un adecuado trabajo transversal en torno a los valores.

Ofrecer una formación básica a los monitores y monitoras escolares para asegurar la calidad de las sesiones, a través de cursos preparados al efecto. Elaborar un contrato de valores del deporte escolar y revisar continuamente el proyecto deportivo del

berrikusi.

Eskolako begiraleei aholku eman, saioetara bertaratuz.

Eskola kirolean euskararen erabilera sustatu.

Orientatzailea arduratuko da, beste ikastetxeekin batera, datuak biltzeko diseinatutako inkesta kudeatzeaz. Inkesta horren bidez jasoko dira Lehen Hezkuntzako 3. mailatik DBHko 4. mailara bitarteko ikasleen eginbehar eta ohiturei buruzko datuak. Datu horiek sistematizatuko ditu, ikastetxeetako erreferentziazko irakasleekin batera, beharrezko esku-hartzeak programatzeko jarraibide gisa erabiltzeko; adin horretako ikasleek ahalik eta bizitza aktiboena eta osasungarriena izan dezaten. Beharrezko baliabideak izango dituzte, ikastetxeek izendatutako erreferenteekin koordinatu eta haiei aholku eman diezaieten; ekintza-planak ezarri ahal izateko eta Jarduera Fisikoaren Orientazio Zerbitzura bideratu beharrekoak bideratzeko. Denboraldi bakoitzerako ekintza-plan bat ezarriko da, udalerriko ikastetxe guztiekin adostua; eta plan horrek kasu bakoitzean izan daitezkeen behar bereziak bete behar ditu.

Eginkizun horiek guztiak Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Saileko teknikariaren ikuskaritzapean eta elkarlanean egingo dira.

Eskola kiroleko urteko egutegia egin eta kudeatu, eta horren garapen egokia ziurtatu. Kirol kolektiboetako partidez gain, eskola kiroleko jarduera bereziak antolatu (jarduerak naturan, kirol egokitua, erritmo-saioak, pilota, triatlota, piraguismoa, arrauna...), eskualdeko egiturako gainerako kideekin batera: eskualdeko koordinatzailea eta beste udalerrietako arduradun teknikoak.

Motibatze eta erakartzeko saioak programatzeko beharrari erantzun, hala eskatzen zaionean, denboraldi hasieran nahiz bukaeran, ikasleak programan parte hartzera animatzeko.

Asteburuetan partidak jokatzen diren kirol instalazioetan egon, eta lehiaketan

centro.

Asesorar a los monitores y monitoras de la escuela asistiendo a las sesiones.

Fomentar el uso del euskera en el deporte escolar.

El orientador u orientadora, junto con otros centros, se encargará de gestionar la encuesta diseñada para la recogida de datos. A través de esta encuesta se recogerán datos sobre los deberes y hábitos del alumnado desde 3º de Primaria hasta 4º de ESO. Sistematizará estos datos, junto con el profesorado de referencia de los centros, para utilizarlo como pautas en la programación de intervenciones necesarias, con el fin de que el alumnado de esta edad tenga una vida lo más activa y saludable posible. Dispondrán de los recursos necesarios para coordinar y asesorar a los centros con los referentes designados, con el fin de establecer planes de acción y canalizar las derivaciones al Servicio de Orientación de Actividad Física. Se establecerá un plan de acción para cada temporada, consensuado con todos los centros escolares del municipio, que responda a las necesidades particulares que puedan darse en cada caso.

Todas estas funciones se realizarán bajo la supervisión y colaboración del técnico del Departamento de Actividad Física y Deporte.

Elaborar y gestionar el calendario anual del deporte escolar y asegurar su adecuado desarrollo. Además de los partidos de deportes colectivos, organizar actividades específicas de deporte escolar (actividades en la naturaleza, deporte adaptado, sesiones de ritmo, pelota, triatlón, piragüismo, remo), junto con el resto de miembros de la estructura comarcal: coordinador/a comarcal y responsables técnicos de otros municipios.

Responder a la necesidad de programar sesiones de motivación y captación, cuando le sea requerido, tanto al inicio como al final de la temporada, para animar al alumnado a participar en el programa.

Estar presente en las instalaciones deportivas donde se celebren los partidos los

funtzionamendu eta garapen egokiaz arduratu. Kasu honetan, Donibaneko kiroldegian, eta beharrezkoa ez denean, beste edozein instalaziotan. Parte-hartzaileen desplazamenduei buruzko datuak jaso eta kudeatuko ditu.

Dagozkien kiroltako eragile edo klubekin bildu eta arbitrajeak antolatu: Eskubaloia (Donibaneko kiroldegia) eta futbola Don Boscon. Programaren barruan jarduerak garatzeko klubetako teknikarien presentzia beharrezkoa denean ere koordinazio-lanak egin behar dira. Adibidez, udalerrian egiten diren piraguismo, arraun edo hockey saioetan.

Oarsoaldeko asteroko bileretan parte hartu, eta bertaratutakoei aurreko asteko gertakari guztien berri eman, eta sor litezkeen aldaketen berri eman.

Bileren aktak egin, beharrezkoa denean.

Ikastetxeetako koordinatzaileei lagundu, euren taldeen saioak prestatzeko garaian, izena emateko garaian, eta bestelako izapideetan. Koordinazio hori astean behingoa izango da, eta programa guztiaren gertuko eta berriazko jarraipena egingo da.

Jolas- eta kirol-jarduerak egin, eskola kirolean ikastetxeen parte-hartzea areagotzeko; adibidez: kirol festak ikasturte hasieran...

Ikasturte bukaeran edo beharrezkoa denean, zuzenean aurkeztuko ditu ikastetxe jakinetan, hartzaile horientzako interesgarriak izan daitezkeen programak edo kanpainak.

Eskola kirolarekin zerikusia duen informazioa eman eta dinamizatu (egutegiak argitaratu, jardunaldiak eta jarduerak, proiektuak...) Pasaia Udalaren web orrian eta sare sozialetan.

Eskola-kiroleko ildo berrien jarraipena egin (PDJ plana, kirol eskolak, teknifikazioak...).

fines de semana, responsabilizándose del buen funcionamiento y desarrollo de las competiciones. En este caso, en el polideportivo de Donibane y, cuando no sea necesario, en cualquier otra instalación. Recogerá y gestionará los datos de los desplazamientos de los/las participantes.

Reunirse con los agentes o clubes deportivos correspondientes y organizar arbitrajes: Balonmano (Polideportivo de Donibane) y fútbol en Don Bosco. También es necesaria la coordinación cuando para el desarrollo de las actividades dentro del programa sea necesaria la presencia de personal técnico de los clubes. Por ejemplo, en las sesiones de piragüismo, remo o hockey que se realizan en el municipio.

Participar en las reuniones semanales de Oarsoaldea, dando cuenta a los/las asistentes de todas las incidencias de la semana anterior e informándoles de las modificaciones que puedan surgir.

Levantar actas de las reuniones cuando sea necesario.

Acompañar a los coordinadores y coordinadoras de los centros en la preparación de las sesiones de sus grupos, en la inscripción y en otros trámites. Esta coordinación será semanal y se realizará un seguimiento cercano y específico de todo el programa.

Realizar actividades lúdico-deportivas para aumentar la participación de los centros escolares en el deporte escolar, por ejemplo: fiestas deportivas a principios de curso...

Al final del curso o cuando sea necesario, presentará directamente en centros concretos programas o campañas que puedan ser de interés para estas personas destinatarias.

Aportar y dinamizar información relacionada con el deporte escolar (publicación de calendarios, jornadas y actividades, proyectos). En la página web del Ayuntamiento de Pasaia y en las redes sociales.

Seguimiento de las nuevas líneas de deporte escolar (Plan PDJ, escuelas deportivas,

Udalerriko kirol eskolen jarraipena egingo dute, eta ziurtatuko dute horiek GFaren araudia betetzen dutela, prozesuan inplikaturako edozein izapide-mota barne. Gainera, aholkularitza emango dute, behar den guztietan.

Ikasturte bakoitzaren hasieran, urriak 30a baino lehen, indarrean dauden kirol eskola guztietan bisitak antolatuko dira dena behar bezala garatzen ari dela egiaztatzeko. Datu base bat osatuko da ikasturtero eskola bakoitzean dauden adin-talde eta kirolariek, sexuka. Talde bakoitzeko teknikarien izen abizenak, formakuntza eta hizkuntza gaitasuna ere jasoko da.

Kasuan kasu eta beharrezkoa balitz, kontratistak kirol eskolen kirolari eta teknikarien erabilera ebaluatuko du.

Izen emateak GFAko aplikazioarekin alderatuko dira, ikuskatuko dira bateraezinak diren egoera guztiak eta beharrezkoa bada hezkuntza zentroekin hartu eman zuzena izango dute. JFK sailari jakinaraziko zaizkio inzidentzia guztiak eta horien guztien jarraipena egingo da. Kontratista beharrezkoak diren loturak zarri eta landuko ditu, eskola, elkarte eta JFK sailaren artean.

A3. - PKB, Pasaia Kirol Badia Kluba egitasmoa:

Egitasmo hau sortu zen, multikirolaren eskualdeko ibilbidea bukatu ondoren, lehiarik gabeko kirola egin nahi duten ikasleei aukera bat emateko. Adin-tarte horrentzako eskaintza erakargarria osatu nahi da, interesdunak lehiakortasunaz haragoko helburuak dituen talde baten barruan sentitu daitezen: ondo pasatzeko, sasoian egoteko, kirola eta jarduera fisikoa egiteko beste modu batzuk ezagutzeko, euren denbora libre aktiboa euren kabuz kudeatzeko beharrezko ezagutzak jasotzeko...

Testuinguruan kokatzea: Jolas fisikoa da eduki fisikoa, kirol edukia edo eduki turistikoa duten jardueren multzoa; gizakiak borondatez

tecnificaciones). Realizar el seguimiento de las escuelas deportivas del municipio y asegurar el cumplimiento de la normativa de la DFG, incluyendo cualquier tipo de trámite implicado en el proceso. Además, asesorar siempre que sea necesario.

Cada inicio de temporada antes del 30 de octubre se deberán realizar visitas a todas las escuelas en marcha del municipio para comprobar que todo se está desarrollando correctamente. Tomarán registro del responsable de la escuela, del número de equipos, deportistas por sexo y edad de cada uno de los equipos. Registrarán en esa base de datos el nombre y apellidos de los técnicos a cargo en cada caso junto con su titulación y nivel de euskara.

Asimismo, se le podrá exigir al adjudicatario que evalúe el uso lingüístico de deportistas y monitores/as de estas estructuras.

Contrastarán con las inscripciones de la aplicación foral, chequearán todas las incompatibilidades (incluso con los centros escolares de referencia) y notificarán del Departamento de AFD todas las incidencias (todas las veces que sean precisas y con todo detalle) y efectuarán el seguimiento de todas las incidencias, siendo el nexo entre centros escolares, clubes deportivos y el propio departamento de AFD.

A3.- Proyecto PKB, club Pasaia Kirol Badia

Este proyecto nació con el objetivo de ofrecer una opción al alumnado que, una vez finalizado el recorrido comarcal del multideporte, quiera practicar deporte sin competición. Trata de ser una oferta atractiva para esta franja de edad de tal modo que las personas interesadas se sientan dentro de un equipo deportivo que tiene otros objetivos no competitivos: divertirse, estar en forma, probar y conocer otras formas de hacer deporte y actividad física en el municipio, adquirir conocimiento necesario para ser capaz de gestionar por sí mismo su tiempo libre activo, social, etc.

Contextualización: el juego físico es el conjunto de actividades de contenido físico, deportivo o turístico que el ser humano realiza de forma voluntaria cuando tiene

egiten ditu jarduera horiek denbora librean duenean, atsedean aktiborako, dibertitzeko eta norberaren garapenerako. A. Pérezek definizio eguneratuagoa ematen du (2003), haren iritzian, jolas fisikoa da: denbora libreari probetxua ateratzeko prozesuan sortzen diren fenomeno eta harremanen multzoa, jarduera terapeutikoaren, jarduera profilaktikoaren, ezagutzazko jardueraren, kirol jardueraren edo jarduera artistiko-kulturalaren bidez; kanpoko konpultsiorik behar izan gabe; eta jarduera horien bidez, zoriontasuna, berehalako gogobetetasuna eta nortasunaren garapena lortzen dira.

Bestalde, Mora, J.-k (2011) aipatzen duen Ramosek (2006), jolas-prozesuen lan komunitarioari buruz ari dela, honakoa dio: komunitateak bere kideei eskaini behar dizkie espazio atseginak, biltzeko, harremanak izateko, jolasteko, dantzatzeko, kantatzeko, pintatzeko, zizelkatzeko, kirola egiteko; egokitzen fisikorako jarduera fisiko sistematikoen taldeak; naturarekin harremana duten jarduera fisikoak; eta norberaren garapena ahalbidetzen duten bideak.

Lehen aipatutako autoreak adierazten du jolas-jarduera dela: eduki fisikoa, kirol edukia eta eduki turistikoa duen jarduera oro, gizakiak denbora librean egiten duena, entretenitzeko, aire librean egoteko, lehiatzeko, edo berariazko jarduerak sistematikoki egiteko; baldin eta haren borondatez eta noiz, nola eta non egiten dituen hautatzen badu, haren garapen pertsonalaren arabera.

Bestalde, Pelegrín, R.-k (2006) baieztatzen du jarduera fisiko komunitarioa dela komunitatearen barruan era antolatuan egiten dena, eta jarduera horietan pertsonak borondatez sartzen direla, ondo pasatzeko, ezagupen intelektualak sozializatzeko, egoera fisikoa hobetzeko, eta haien eta inguruko ongizatea lortzeko.

Montero, M.-ren iritzian (1995), sorkuntzak aukera berriak ematen ditu, jolas-, kultura- eta gizarte-talde berritan borondatez sartzeko. Aukera ematen du ezagupen intelektual eta afektiboak libreki zabaltzeko; eta berritan ikasitako jarrerak finkatzeko eta sustatzeko.

tiempo libre para el descanso activo, la diversión y el desarrollo personal. A. Pérez da una definición más actualizada (2003), en su opinión, la recreación es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística – cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

Por su parte, Ramos (2006), quien es citado por Mora J. (2011), refiriéndose al trabajo comunitario de los procesos lúdicos, señala que la comunidad debe proporcionar a sus miembros espacios gratos para reunirse, alternar, jugar, bailar, cantar, pintar, esculpir, hacer deporte; grupos de actividades físicas sistemáticas de acondicionamiento físico, actividades físicas en pleno contacto con la naturaleza es decir ser mucho más que un conglomerado de hogares y vías.

El autor antes citado señala que una actividad recreativa es toda actividad de contenido físico, deportivo y turístico, realizada por el ser humano en su tiempo libre, para entretenerse, estar al aire libre, competir, o realizar actividades específicas de forma sistemática; siempre que voluntariamente y seleccione cuándo, cómo y dónde las realiza, en función de su desarrollo personal.

Por su parte, Pelegrín, R. (2006) afirma que la actividad física comunitaria es aquella que se realiza de forma organizada en el seno de la comunidad, actividades en las que las personas se incorporan de forma voluntaria para divertirse, socializar sus conocimientos intelectuales, mejorar su condición física, y lograr su bienestar y la de quienes les rodean.

Para Montero, M. (1995), la recreación ofrece así nueva perspectiva de integración voluntaria en los grupos recreativos, culturales y sociales. Permitiendo libremente los conocimientos intelectuales y afectivos, consolidando y promoviendo las actitudes adquirida en la vida, pero superado sin cesar por la compleja dinámica social contemporánea.

Jolasaren funtzio horrek ikasketa-modu berriak sortzen ditu, borondatezkoa edo bat-batekoa, bizitza guztian. Jarrera berritzaileak, sortzaileak sor ditzake. Kontenplaziorako edo ekintza desinteresaturako denbora berriaren aukera ematen du. Gizakiarengan libreki hautatutako diziplinen garapena sor dezake, haren nortasunaren hedapena osoagoa izan dadin.

Perez, A-ren arabera (2003), jolas-jarduera fisikoak banaka edo era antolatuan egin daitezke; banaka egiteak dakar jardueraren abiarazlea eta antolatzailea norbanako bat edo pertsona talde bat izatea; horiek bermatzen dituzte plana, bitarteko teknikoak, baliabideak eta jardueraren ezagupen teknikoak, jarduera bakoitzak eskatzen duen mailan. Parte-hartzaileak jardueraren zuzendaritza bere gain hartzen du.

Honako fase hauek hartuko dira kontuan:

-1. fasea: sarrera (diagnostikoa eta helburuak ezartzea)

Fase honetan aurretiazko baldintzak sortuko dira, inplikaturako eragile guztiekin elkarlanean, komunitatean diagnostiko bat ezartzeko, bereziki nerabeekin; nerabeen jolas beharrak eta asmoak jasoko dira, helmugak eta helburuak negoziatuko dira parte-hartzaile guztiekin. Udalerrak dituen giza baliabide eta baliabide material guztiak erabiliko dira nerabeek jolas-jardueren programan parte har dezaten bultzatzeko.

-2. fasea: jolas-jardueren programaren plangintza egitea eta egikaritzea.

Programaren funtzionamendu-araudi, ekintza eta jardueren proposamena egin behar da, dinamizatzaileak eta nerabeek eztabaidatu eta onar dezaten; uneoro beharrezko baliabideak ziurtatu behar dituzte, jarduerak gauzatzeko eta jarduerak egiteko zehaztutako eremuen segurtasuna ziurtatzeko. Jarduerak behar bezala gauzatzeko, beharrezko aldaerak edo b planak kontuan hartuko dira beti.

Esta función recreativa genera nuevas formas de aprendizaje, voluntaria o espontánea, a lo largo de toda la vida. Puede generar actitudes innovadoras, creativas. Permite un nuevo tiempo de contemplación o de acción desinteresada. Puede generar en el ser humano el desarrollo de disciplinas libremente elegidas para lograr una extensión más completa de su personalidad.

Según Pérez, A (2003), las actividades físico-recreativas pueden realizarse de forma individual u organizada; la forma de realización individual supone que el iniciador y organizador de la actividad es un individuo o grupos de personas, los cuales garantizan el plan, medios técnicos, recursos y el conocimiento técnico de la actividad a un nivel adecuado a las exigencias de cada actividad, se asume que la dirección de la actividad es asumida por el participante.

Se tendrán en cuenta las siguientes fases:

-Fase 1: introducción (diagnóstico y establecimiento de objetivos)

En esta fase se crearán las condiciones previas en coordinación con todos los agentes implicados para establecer un diagnóstico en la comunidad y de manera particular con los adolescentes, se registrarán las necesidades y aspiraciones recreativas de los adolescentes, se negociarán las metas y objetivos entre todos los participantes. Se utilizarán todos los recursos humanos y materiales disponibles en el municipio para movilizar a los adolescentes a participar en el programa de actividades lúdico-recreativas.

-Fase 2: planificación y ejecución del programa de actividades lúdicas recreativas.

Se deberá elaborar una propuesta de un normativa de funcionamiento, de acciones y actividades del programa, las cuales deben ser discutidas y aprobadas por la persona dinamizadora y los adolescentes, asegurando en todo momento, entre otros, los recursos necesarios para llevar adelante las actividades y la seguridad de las áreas definidas para la práctica de las mismas. Se tendrán en cuenta todas variantes o planes necesarios para garantizar su ejecución.

Azkenik, jarduerak egikarituko dira, horietako batzuetan aldaketak egiteko tarteak utzita, nerabeen irizpide eta gustuak kontuan izanik.

-3. fasea: kontrola eta emaitzaren ebaluazioa.

Jolas- eta kirol-jardueren eta erabilitako metodo eta bitartekoen egokitasuna ebaluatzea; jarduerak egiterakoan nerabeek izan duten gogobetetasun-egoera identifikatzea; nerabeek jardura egitean arauak bete dituzten, lorpenak, independentzia, erantzukizuna, sormena, lankidetzak eta gogobetetzea (gustuak eta zaletasunak) ebaluatzea.

Jarduerak ebaluatzeko, item hauek hartuko dira abiapuntutzat:

-Parte-hartze arauak betetzea.

-Lorpenak estimulatzeko alderdi guztietan, taldean leku bat izateko beharra saritzeko.

-Independentzia- eta erantzukizun-sena saritzea.

-Nerabeen sormena eta euren arteko lankidetzak sustatzea jardueran.

-Parte-hartzaileen gogobetetasuna (gustuak eta zaletasunak).

-Programa urriaren lehen astean hasiko da eta, beranduenez ere, ekainaren 15ean amaituko da.

-Programatzen diren saio eta dinamikek ordubeteko iraupena izango dute astean bitan (astelehenetik ostegunera 16:00etatik aurrera). Gai bakoitzak gutxienez 2 saioko iraupena izango du, eta gehienez 4 saiokoa.

Ahalik eta egitarau zabalena prestatuko da, udalerraren baliabide guztiak erabiliz (publikoak, pribatuak, etab.) eta jardura

satisfactoria en todo momento.

Finalmente se deberán ejecutar las actividades dejando un margen para de ser posible realizar cambios en algunas tomando en cuenta los criterios y gustos de los adolescentes.

-3. Fase 3: control y evaluación del resultado.

Evaluar la pertinencia de las actividades lúdico-deportivas, los métodos y los medios utilizados; además de identificar el estado de satisfacción experimentado por los adolescentes durante la realización de las actividades, así como evaluar el cumplimiento de las normas, los logros, la independencia, responsabilidad, creatividad, la cooperación y la satisfacción (gustos y preferencias) de los adolescentes durante la actividad.

Las actividades se evalúan tomando en cuenta, como punto de partida, los siguientes ítems:

-Cumplimiento de las normas de participación.

-Estimular los logros en todos los aspectos para gratificar su necesidad de ocupar un lugar en el grupo.

-Premiar el sentido de independencia y responsabilidad.

-Estimular la creatividad y la cooperación de los/las adolescentes durante la actividad

-Satisfacción de las personas participantes (gustos y aficiones).

-El programa se iniciará la primera semana de octubre y finalizará, a más tardar, el 15 de junio.

-Las sesiones y dinámicas que se programen tendrán una duración de una hora dos días a la semana (de lunes a jueves a partir de las 16:00 horas). Cada tema tendrá una duración mínima de 2 sesiones y máxima de 4.

Se elaborará un programa lo más amplio posible, utilizando todos los recursos del municipio (públicos, privados, etc.) y en colaboración de agentes locales promotores

fisikoa eta kirola sustatzen duten herriko eragileekin elkarlanean.

Zerrenda itxi bat ez bada ere, jarduera hauek guztiak egin litezke, kronograma eta sekuentziario jakin batzuen arabera, taldeak eta adinak kontuan izanik:

Eskalada, rokodromoa, orienting jarduerak, mendi ibilaldiak, BTT, bizikleta tailerrak eta bidegorrian irteerak, pump track, skate-scooter edo bestelako irristaketa jarduerak, hockeya, futbola, arrauna, piragua, pilota-pala, parkurra, kirol-instalazioa ezagutu eta frogatu, bela, eskubaloia, entrenamendu funtzionala, gymcana-Crossfit, mahai-tenisa, akroyoga-yoga, elikadura, eskrima, judo edo ukipenezko jarduerak, junir-ciclo, boleia, running-trail, erritmo eta dantza jarduerak, elkarteak ezagutu, ergometro txapelketa, lehen sorospenak, autodefentsa, kirol argazkilaritza eta dronak, arrantza eta ontziola...

Programa honetan parte har dezakete Pasaia ikastetxeetan matrikulatutako DBHko ikasle guztiek edo udalerrian ikasi ez arren, bertan erroldatutakoek. Hasiera batean DBHko 1. zikloko ikasleekin hasiko da. Talderen batean lekuri geratuko balitz, parte hartzeko interesa duten gainerakoei zabalduko zaie eskaintza, baldin eta gainerako baldintzak betetzen badituzte.

Esleipendunak izen-emateak kudeatuko ditu, ikastetxeekin eta Pasaia Udaleko Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Sailarekin elkarlanean.

Talde bakoitzeko ratioak hauek dira:

Gutxienez, 8 ikasle, Gehienez 15.

Talde mistoak osa daitezke, hainbat adinetako ikasleekin (Haurrak (1. eta 2. DBH) eta kadeteak (3. eta 4. DBH).

Gutxienerako ratioa nahikoa bada jaiotze-urte bereko talde bat osatzeko, irizpide hori gailenduko zaie gainerakoei. Hala ere, ahalik eta talde homogeneoenak osatzea ahalbidetzen duten beste aukerak aztertu

de la actividad física y el deporte.

Sin ánimo de que sea una lista cerrada, se podrán tener en cuenta toda esta variedad de actividades, las cuales podrán tener un cronograma y una secuenciación según grupos y edades::

Eskalada, rocódromo, actividades de orienting, marchas de montaña, BTT, taller de bicicletas y salidas al bidegorri, pump track, skate-scooter u otras actividades de patinaje, hockey, fútbol, remo, piragua, pelota-pala, parkur, conocimiento y prueba de las instalaciones deportivas municipales, vela, balonmano, entrenamiento funcional, gymcana-Crossfit, tenis mesa, akroyoga-yoga, alimentación, esgrima, judo o actividades de contacto, junir-ciclo, voley, running-trail, actividades de ritmo-danza, conocimiento de las asociaciones deportivas locales, campeonatos de ergómetro, primeros auxilios, autodefensa, fotografía deportiva y drones, pesca y astillero...

En este programa podrán participar todos/as los/las alumnos/as de ESO que estén matriculados en los centros escolares de Pasaia, o que aunque no cursen sus estudios en el municipio, estén empadronados en el mismo. Inicialmente comenzará con el alumnado de 1º ciclo de la ESO. En el caso de que quedasen plazas en alguno de los grupos, la oferta se hará pública al resto de personas interesadas en participar, siempre que cumplan el resto de requisitos.

El adjudicatario gestionará las inscripciones en colaboración con los centros educativos y con el Departamento de Actividad Física y Deporte del Ayuntamiento de Pasaia.

Los ratios por grupo son los siguientes:

Mínimo 8 escolares máximo 15.

Podrán ser mixtos y aunar escolares de diferentes edades (infantiles (1º y 2º de ESO) y cadetes (3º y 4º de ESO).

Si el ratio mínimo es suficiente para crear grupo de un mismo año de nacimiento esto prevalecerá sobre otros criterios. Aunque se podrán estudiar otras alternativas que faciliten la viabilidad de crear grupos lo más homogéneos posibles.

ahal izango dira.

Bajen ondorioz, talde batean 5 partaide edo gutxiago geratuko balira, taldeko kide horiek beste talde batzuetan sartzeko aukera izango da, konbinazio hori gauzagarria bada, eta guztien interesak betetzen badira. Baina hori ezinezkoa bada, esleipendunak talde murriztuarekin jarraitu beharko du programa gauzatzen.

Nolanahi ere, taldeak sortzeko proposamena nahikoa aurrerapenarekin kudeatuko da (irailaren bukaera aurretik), eta Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Sailak oniritzia eman behar dio proposamenari.

Jardueraren hileko kuotak indarrean dauden tasen arabera kobratuko dira (4 € orduko), eta esleipendunak kobratuko ditu. Zerbitzua emateko diru-sarreraren zati bat izango dira tasa horiek eta ekarpen ekonomikoaren guztirakoa programarekin lotutako gastuetan inbertituko da.

Programak, guztira, 55 saio izango ditu, eta indarrean dagoen tasaren arabera, parte-hartzaileentzako 24,44 euro hileko kostua izango du.

Udalak, gainera, tasa horrek zerbitzuaren gastua estaltzen ez duela kontuan izanik, sortzen den talde bakoitzeko 600 euro (BEZa barne) kontratuaren prezioetik kanpo jarriko ditu eta enpresak ikasturte hasieran (abendua baino lehen) abian jartzen diren taldeen arabera faktura bakar batean dagokion kopurua likidatuko du.

Kopuru hori erabiliko da programatzen diren jarduera guztiak dinamizatzeko, eta guztiguztia talde bakoitzaren programazioan inbertituko da. Esleipendunak inbertsio hori zuritu beharko du azken memorian. Eskaintzaren lehen urtea izanik, kontratuaren prezioa kalkulatzeko, gutxienez bi talde sortuko direla aurreikusi da. Kopuru hori handitu edo txikitzen bada, talde bakoitzerako adierazitako proportzioan egokituko da kontratuaren zenbatekoa.

Ekarpen horrekin eta talde bakoitzagatik bildutako tasekin esleipendunak aurre egin beharko die programaziorako beharrezko

En caso de que, por cualquier motivo, las bajas dejen a un grupo con 5 o menos participantes los integrantes del grupo en cuestión que sigan en el grupo podrán ser incorporados en otros grupos si es factible una combinación y si esto satisface los intereses de todos ellos. Pero si esto no fuera posible, el adjudicatario seguirá desarrollando el programa con el grupo reducido.

En todo caso, la propuesta de creación de equipos se gestionará con la suficiente antelación (antes de finales de septiembre) y deberá contar con el visto bueno del Departamento de Actividad Física y Deporte.

Las cuotas mensuales de la actividad se cobrarán conforme a los tipos vigentes (4 €/hora) y serán cobradas por el adjudicatario. Estas tasas constituirán una parte de los ingresos para la prestación del servicio y el total de la aportación económica se invertirá en gastos relacionados con el programa.

El programa contará con un total de 55 sesiones, con un coste mensual, según tasa vigente, de 24,44 euros para los/las participantes.

El Ayuntamiento, además, teniendo en cuenta que esta tasa no cubre el gasto del servicio, aportará 600 euros (IVA incluido) por cada grupo que se genere fuera del precio del contrato y la empresa liquidará la cantidad que le corresponda en una única factura en función de los grupos que se pongan en marcha al principio del curso (antes de diciembre).

Esta cantidad se destinará a dinamizar todas las actividades que se programen y se invertirá íntegramente en la programación de cada grupo. El adjudicatario deberá justificar dicha inversión en la memoria final. Siendo el primer año de la oferta, para el cálculo del precio del contrato se prevé la creación de al menos dos grupos. En caso de aumento o disminución de dicha cantidad, la cuantía del contrato se ajustará en la proporción indicada para cada grupo.

Con esta aportación y con las tasas recaudadas por cada grupo, el adjudicatario deberá hacer frente a todos los gastos derivados de los medios humanos y

giza baliabide eta baliabide materialek eragindako gastu guztiei.

Gizarte Ekintza Sailak txostenen bidez ziurtatzen badu ikasleren batek gizarteratzeko beharra duela, eta haren familiak edo legezko tutoreak ezin duela programaren kostua ordaindu, Udalak hartuko du bere gain kostu hori.

Dibertsitate funtzionala dutenei dagokienez, haien beharrak kontuan hartuko dira, eta programazioa egokituko da, beharrezkoa izanez gero. Aztertuko da kasuan kasu ea aukera egongo den pertsona horiei laguntza berezia eskaintzeko.

Udala arduratuko da programa aurrera eramateko behar diren komunikazio-euskarri eta material guztien diseinuaz eta ekoizpenaz, eta xede-herritarrei eskaintzaren berri emateaz.

Asteroko fitxak egingo dira, asteko plangintza grafikoki jasoko dutenak, aukerako planak barne.

Asteroko komunikazioa ekintza prestatuko du JFK sailaren argibideak jarraituz.

Beharrezko komunikazio-bideak sortu eta dinamizatuko dira, informazioa parte-hartzaileei zein familiei eraginkortasunez helarazteko.

Beharrezko instalazio edo ekipamenduen erreserbak aurretiaz kudeatuko dira.

Jardueren motibazioa, kohesioa eta dinamizazioa funtsezkoak izango dira programaren arrakasta ziurtatzeko. Berariazko neurriak beharko dira parte-hartzaileekin hori lantzeko, programarekiko atxikimendu ona ziurtatzeko, eta guztion gozamenerako izan dadin. Talde bakoitzeko parte-hartzaileekin diseinatuko da ikasturteko programa eta haiekin elkarlanean jarduerak antolatuko dira.

Egiten diren jarduera guztien ikus-entzunezko memoria grafikoak egingo dira, eta Udalari

materiales necesarios para la programación.

En el caso de contar con informes de servicios sociales que avalen una necesidad de inclusión de determinados escolares y que informen sobre la imposibilidad de que su familia o tutor legal no tenga la posibilidad de asumir el coste del programa, será el ayuntamiento quien asumirá el coste del mismo.

En el caso de las personas con diversidad funcional, se tendrá en cuenta sus necesidades para adaptar la programación si esto fuera necesario y se estudiará en base a las posibilidades la posibilidad de incrementar con un apoyo extra a estas personas.

El Ayuntamiento se encargará del diseño y producción de todos los soportes de comunicación y materiales necesarios para llevar a cabo el programa, así como de dar a conocer la oferta a la población receptora del programa.

Se realizarán fichas semanales que recojan gráficamente la planificación semanal, incluyendo planes opcionales.

Preparará la comunicación semanal siguiendo las instrucciones del departamento de AFD.

Se crearán y dinamizarán los canales de comunicación necesarios para transmitir la información de forma eficaz tanto a las personas participantes como a las familias.

Las reservas de las instalaciones o equipamientos necesarios se gestionarán con antelación.

La motivación, cohesión y dinamización de las actividades serán fundamentales para asegurar el éxito del programa. Se precisarán medidas específicas para trabajar estos aspectos con los/las participantes, asegurar su buena adhesión al programa y que sea para el disfrute de todos/as. El programa del curso será diseñado por los/las participantes de cada grupo, y las actividades se organizarán con su colaboración.

Se elaborarán memorias gráficas audiovisuales de todas las actividades que se realicen, y se mostrarán al Ayuntamiento para

erakutsiko zaizkio, egoki iritzitako bideetan horiek zabaltzeko.

Ikasturte amaieran *FinisherRaid* izeneko jardunaldia dinamizatuko da, eta hori izango da ikastaroaren amaiera.

Enpresak PKBko merchandising edo material salmentarengatik diru-sarrera gehigarrian izan ditzake.

Bestelakoak:

Kirol elkarte baten sorrera. Kasuan kasu beharrezkoa izango balitz, egoerak behar hau justifikatuko balu, eta herrian dagoen hutsune bati irtenbidea emateko modurik eraginkorrena bada, enpresak bertako kirol elkarte bat sortzeko aukera izango du.

PKB master. Etorkizun hurbil batean jatorrizko eskaintzak arrakasta badu eta pertsona gazte zein helduengan interesa sortzen badu, DBHtik haratago doan eskaintza zabal dezake, aurreko oinarriak kontuan edukita.

UDako eskaintza eta PKB. Udako eskaintzaren barruan udako ikastaroak ere eskain daitezke.

A4.-PBAfitdata.

Pasaia Badia Aktiboa estrategiaren barnean, Jarduera Fisikorako eta Kirolerako Orientazio Zerbitzuaren luzapen gisa, Pasaia udalerriko 6-18 urte bitarteko haur eta nerabeen lagin adierazgarri baten jarduera fisikoaren eta sedentarismoaren maila deskribatu nahi da. Ondoren, euren aisialdiko denboran egiten dituzten jarduerak eta haien aktibotasun-maila kontuan hartuta, interbentzio programa bat diseinatu eta martxan jarriko da, haur eta nerabe horien bizitza ohitura osasuntsuen aldeko apustua egiteko.

Helburu zehatzak

Pasaiako haur eta nerabeen lagin zehatza hartuko duen ikerketaren bitartez, berauek

su difusión por los cauces que se estimen oportunos.

Al final del curso se dinamizará la jornada *FinisherRaid*, que será la finalización del curso.

La empresa podrá obtener ingresos adicionales por la venta de merchandising o material de PKB.

Otros:

Creación de una asociación deportiva. En caso de que fuera necesario y las circunstancias lo justificasen, por ser la forma más eficaz de solucionar un vacío existente en la localidad, la empresa podrá crear una agrupación deportiva propia.

PKB master. Si en un futuro próximo tiene éxito la oferta original y genera interés tanto en personas jóvenes como en adultas, se podrá ampliar la oferta más allá de la ESO, teniendo en cuenta las bases anteriores.

Oferta de verano (UDA) y PKB. Dentro de la oferta de verano también se pueden ofertar cursos de verano.

A4.-PBAfitdata

Dentro de la estrategia Pasaia Bahía Activa, como prolongación del Servicio de Orientación para la Actividad Física y el Deporte, se pretende describir el nivel de actividad física y sedentarismo de una muestra representativa de niños, niñas y adolescentes de 6 a 18 años del municipio de Pasaia. Posteriormente, teniendo en cuenta las actividades que realizan durante su tiempo de ocio y su nivel de actividad, se diseñará y pondrá en marcha un programa de intervención que apueste por los hábitos de vida saludables de estos niños, niñas y adolescentes.

Objetivos específicos

Medir, a través de una investigación que recoja una muestra concreta de niños, niñas y adolescentes de Pasaia, su relación con la

jarduera fisikoarekin duten harremana eta egunerokotasuneko aktibotasun-maila neurtzea.

Kirolaz-eko ideia berreskuratuz, online galdetegi bat sortzea eta Pasaia-ko ikastetxeetan urtero pasatzea, urtez urteko jarraipena egin eta eboluzioa jakin ahal izateko.

Jokabide sedentarioak bizi ohituretan barneratuta dituzten haur eta nerabeak artatzeko interbentzio-plana zehaztea, inguruan dituzten eragileak identifikatu eta inplikatuz. Besteak beste, Pasaia-ko Udaleko "Haur eta nerabeen Ekintza Plana"-rekin lotura egitea.

Metodoa

Parte-hartzaileak

Pasaia udalerriko eta inguruko ikastetxeetan ikasten duten haur eta nerabeengana iristea da helmuga. Alabaina, eroldaren eta Hezkuntza Sailak emandako datuen bidez zailtasunak ditugu oraindik ikasle pasaitar guztiengana iristeko. Guztira, 1093 pertsonako lagina aurreikusten da, Pasaian erroldatutako 6-18 urte bitarteko haur eta nerabeen % 55.

Partaidetza erabat anonimoa da eta datuak era globalean aztertu eta aurkeztuko dira beti.

Horretaz gain, Mugimenteko Euskadiko haur eta nerabeen jarduera fisikoaren maila ikerlanean parte hartu zuten ikasleen kodifikazio-sistema, bertako datuak ikerketa honetako datuekin alderatzeko erabiliko da, besteak beste, kontraste lanak egiteko.

Neurketa tresnak

Landa-ikerketan oinarrituko da ikerketa hau. Alde batetik, kualitatiboa izango da, behaketa eta parte-hartzaileek ematen diguten informazio subjektiboa erabiliko baita. Bestetik, aplikatua ere izango da, bertan jasotako informazioa programa bat diseinatzeko eta martxan jartzeko erabiliko baita.

actividad física y su nivel de actividad en el día a día.

Recuperando la idea de Kirolaz, crear un cuestionario online que se pasará cada año en los centros escolares, para poder realizar un seguimiento y conocer la evolución año tras año.

Definir un plan de intervención para atender a niños, niñas y adolescentes con conductas sedentarias interiorizadas en sus hábitos de vida, identificando e implicando a los agentes que les rodean. Entre otros, la vinculación con el Plan de Acción de la Infancia y la Adolescencia del Ayuntamiento de Pasaia.

Método

Participantes

El objetivo es llegar a niños/as y adolescentes que estudian en los centros escolares del municipio de Pasaia y sus alrededores. Sin embargo, a través del padrón y de los datos aportados por el Departamento de Educación seguimos teniendo dificultades para llegar a todo el alumnado pasaitarra. En total, se prevé una muestra de 1093 personas, el 55% de los/las niños/as y adolescentes de 6-18 años empadronados en Pasaia.

La participación será totalmente anónima y los datos se estudiarán y presentarán de forma global.

Además, el sistema de codificación del alumnado que participó en el estudio del nivel de actividad física de los niños, niñas y adolescentes de Mugiment en Euskadi, se utilizará para contrastar sus datos con los de este estudio, entre otras tareas de contraste.

Herramientas de medición

La metodología se basará en una investigación de campo. Por un lado, será una investigación cualitativa, ya que se utilizará la observación y la información subjetiva que nos ofrezcan las personas participantes. Por otra parte, será también aplicada, ya que la información recabada se utilizará para el diseño y puesta en marcha de un programa.

Lizitatzailleak baliabideak jarriko ditu 4 urtetik behin datu basea eguneratzeko. Lizitazioaren azkeneko ikasturtearen hasieran galdeketa pasatzeko, emaitzak ustiatzeko, aurreko datuekin alderatzeko eta ikasturteko horretako otsailaren 1erako beharrezkoak diren emaitzen txostenak sortzeko. JFK sailak honekin lotuta eskatzen dituen bestelakoak ere lizitatzailleak hartuko du bere gain. Baita ere Gipuzkoa, EAE, estatu mailan zein nazioartean JFK sailaren iritzian interesgarriak eta baliagarriak diren ikerketan parte-hartzeko.

Informazio gehiago: <https://www.pasaia.eus/eu/pbafitdata>

A5.-JFKO eskoletan. Eskola aktiboak

Lankidetzaren sareak, proiektuen tokiko ardatzak:

Jarduera fisikoari ikuspegi zabalago bat eman nahi zaio eta horretarako beharrezkoa da arlo ezberdinen parte-hartzea. Eskola komunitatearen kasuan oso garrantzitsua da profesional ezberdinen inplikazioa: zuzendaria, irakasleak, tutoreak, eskolaz kanpoko ekintzen arduradunak, etab. Eragile guzti hauek lankidetzaren iraunkor bat ahalbidetuko duen sarea osatzen dute.

Gomendagarria da ekimen hau sortu, garatu eta jarraituko duen talde eragilea edo lantaldea osatzea ikastetxean.

Antolaketa-eredua

Jarduera fisikoko orientazio zerbitzuen eta horien inguruko ikastetxeen arteko lankidetzaren sustatzeko proposatzen dugun eredua 4 urrats ditu. Eredu hau beste bideratzaile batzuentzako proposatzen dugunaren ezberdina da, eskola komunitatearen ezaugarri propioak aintzat hartzen direlako.

Azter dezagun nola lagunduko diegun jarduera fisikoa egiteko laguntza gehigarria behar duten ikasleei, urratsez urrats:

Identifikatu

El licitador pondrá medios para actualizar la base de datos cada 4 años. Para pasar el cuestionario al inicio del último curso de la licitación, explotar los resultados, compararlos con los datos anteriores y generar los informes de resultados necesarios para el 1 de febrero del mismo curso. Cualquier otra cuestión que el DAFD le requiera en relación con esta cuestión será asumida por la empresa licitadora. Incluso la participación en estudios que el DAFD considere interesantes y beneficiosos a nivel provincial, autonómico, Estatal e internacional.

Más información en: <https://www.pasaia.eus/eu/pbafitdata>

A5.- OAFD en las escuelas. Escuelas activas

Redes de colaboración, ejes locales de proyectos:

Se pretende dar una visión más amplia a la actividad física y para ello es necesaria la participación de diferentes sectores. En el caso de la comunidad educativa es fundamental la implicación de los/las diferentes profesionales: director/a, profesorado, tutores, responsables de las actividades extraescolares, etc. Todos estos agentes forman una red que permite una colaboración permanente.

Es recomendable formar un grupo motor o grupo de trabajo en el centro que cree, desarrolle y continúe con esta iniciativa.

Modelo organizativo

El modelo que proponemos para fomentar la colaboración entre los servicios de orientación de actividad física y los centros escolares de su entorno consta de 4 pasos. Este modelo es diferente al que proponemos para otros facilitadores, ya que se tienen en cuenta las características propias de la comunidad escolar.

Analicemos cómo ayudaremos al alumnado que necesita ayuda adicional para realizar actividad física. Paso a paso:

Identificación:

Munduko Osasun Erakundearen (OME) gomendioak (aurretik aipatu ditugunak) betetzen ez dituzten gazteak identifikatu behar dira lehenik. Nahiz eta ikastetxeak (eta inguruko beste eragileek: udalak, kirol elkarteak, etab.) aukera ezberdinak eskaintzen dituen jarduera fisikoa egiteko, eskola eremuan eta eskolatik kanpoko eremuan, ikerketek diote haur eta gazteen portzentaje batek ez dituela aukera horiek baliatzen, eta ondorioz, ez direla OMEk gomendatutako mailara iristen.

Identifikazio lan horretan eskola komunitateko kide guztiek parte har dezakete, ekimenaren talde eragilearen gidaritzapean.

Horretarako hainbat bide eta tresna erabil daitezke, hala nola galdetegiak, elkarrizketak, guraso bilerak, jokabideen-behaketa edota gorputz heziketa ikasgaian jasotako emaitzak.

Bideratzea

Laguntza gehigarria behar izan dezaketen ikasleak identifikatu eta gero sentsibilizazio fase bat has dezakegu horietako bakoitzarekin eta beren familiekin. Jarduera fisikoak ekar ditzakeen onuren berri emango zaie, eta arlo honetako profesional baten laguntza izateko aukera dutela azalduko diegu.

Onartzen badute, jarduera fisikoaren orientatzailearekin harremanetan jarriko ditugu gaztea eta familia eta lehen hitzordu bat adostuko da ikastetxean bertan. Harreman hori formalagoa edo informalagoa izatea ikastetxeak erabakiko du (gutuna, telefono deia, ohiko guraso bilerak...).

Baliteke hurrengo hitzorduak eskolatik kanpo izatea, baina garrantzitsua da lehen zita ikastetxean izatea, uler dadin ekimena hezkuntza esparruaren testuinguruan kokatzen dela.

Ikaslearen eta familiaren erantzuna ezezkoa bada, jarduera fisikoaren onurak gogoratuko zaizkie eta atea irekita utziko zaie, edozein momentutan orientatzailearen laguntza jaso

En primer lugar, habrá que identificar a las personas jóvenes que no cumplen las recomendaciones de la OMS, aquellas que hemos mencionado antes. A pesar de que el centro educativo (y otros agentes del entorno: ayuntamientos, agrupaciones deportivas, etc.) ofrece diferentes posibilidades para la práctica de actividad física tanto en el ámbito lectivo como en el no lectivo, los estudios indican que un porcentaje de niños/as y jóvenes no aprovechan estas oportunidades, por lo que no alcanzan los niveles recomendados por la OMS.

En este trabajo de identificación pueden participar diferentes miembros de la comunidad escolar, liderados por el grupo motor de la iniciativa.

Para ello se pueden utilizar diferentes vías e instrumentos, como cuestionarios, entrevistas, reuniones de padres y madres, observación conductual o los resultados obtenidos en la materia de educación física.

Derivación

Una vez identificado el alumnado que puede necesitar ayuda adicional, podemos iniciar una fase de sensibilización con cada uno de ellos y con sus familias. Se les informará de los posibles beneficios de la actividad física y de la posibilidad de contar con el apoyo de un/a profesional en esta materia.

En caso de que acepten, se pondrá en contacto a la persona joven y la familia con el orientador u orientadora de actividad física y se acordará una primera cita en el propio centro. Corresponderá a cada centro decidir que este contacto sea más formal o informal (carta, llamada telefónica, reuniones de padres y madres habituales).

Es posible que las próximas citas sean fuera de la escuela, pero es importante que la primera cita sea en el centro para que se entienda que la iniciativa se enmarca en el ámbito educativo.

Si la respuesta del alumno o alumna y de la familia es negativa, se les recordarán los beneficios de la actividad física y se les dejará la puerta abierta para que en cualquier momento puedan recibir la ayuda del

ahal izateko.

Bideratze prozesua nork egingo duen ikastetxe bakoitzak erabakiko du. Tutoreak izan daitezke, edota gorputz heziketako irakasleak. Garrantzitsua da kasuen jarraipena egitea.

Laburbilduz, hauek dira bideratzaileen eginkizun nagusiak:

- Pertsona inaktiboak identifikatu.
- Jarduera fisikoaren onurei buruzko informazioa eman.
- Pertsona inaktiboek jarduera fisikoa egin dezatela gomendatu.
- Ikaslearekin eta familiarekin bildu eta tokiko orientazio zerbitzura bideratu.
- Jarraipenerako harremanak ezarri ikasle eta familiarekin. Orientazio-zerbitzuan sartzen diren pertsonen bilakaeraren berri izateko, ahaztu gabe motibazioa bilatzeko harremanak izan daitezkeela.
- Komunikaziorako kanala irekita mantentzea orientatzailearekin: zalantzak argitzeko.

Orientazio pertsonala

Udalerriko orientazio zerbitzuko teknikariaren esku-hartzea hasten da urrats honetan. Ikasle inaktiboek zuzeneko aholkua ematen die ohiturak alda ditzaten eta ohitura aktiboago eta osasungarriago batzuk har ditzaten. Orientatzaileek haiengana aholku bila doazen pertsonen programa konkrituak eskaintzen dizkiete, adibidez jarduera fisikoko egunkari pertsonalizatu baten bitartez.

Programa horietan zehazten dira ikasleek egin beharreko ekintza eta zereginak, maiztasuna, iraupena eta intentsitatea, jarduera osagarriak, eta komenigarriak diren ohar guztiak.

Horrez gain, orientatzaileak zehazki ezagutu behar ditu bere ingurunean jarduera fisikorako dauden aukerak, eta gai izan behar du argi identifikatzeko zein motatako ikasleri komeni dakiokkeen jarduera bakoitza, kontuan hartuta banakako ezaugarriak, gizarte-inguruabarrak, eta gustu pertsonalak. Hori jakinez gero, orientazio-zerbitzuaren bidez

orientador u orientadora.

Cada centro decidirá quién realiza el proceso de derivación. Pueden ser tutores/as o profesores/as de educación física. Es importante realizar un seguimiento de cada caso.

En resumen, las funciones principales de los facilitadores son:

- Identificar personas inactivas.
- Informarles sobre los beneficios de la actividad física.
- Recomendar la práctica de actividad física a personas inactivas.
- Reunirse con el/la alumno/a y la familia, y derivarlo al servicio de orientación local.
- Establecer contactos de seguimiento con el/la alumno/a y la familia. Para conocer la evolución de las personas que acceden al servicio de orientación, sin olvidar que pueden existir contactos de motivación.
- Mantener abierto un canal de comunicación con la persona orientadora, para aclarar dudas.

Orientación personal

En este paso comienza la intervención del personal técnico del servicio de orientación del municipio. Asesora directamente al alumnado inactivo para que cambie sus hábitos y adquiera unos hábitos más activos y saludables. Los orientadores ofrecen programas concretos a las personas que van a consultarles, por ejemplo a través de un diario personalizado de actividad física.

En ellos se detallan las acciones y tareas a realizar por el alumnado, su frecuencia, duración e intensidad, actividades complementarias y cuantas observaciones sean convenientes.

Además, el orientador u orientadora debe conocer con precisión las posibilidades de actividad física existentes en su entorno y ser capaz de identificar claramente el tipo de alumnado al que puede corresponder cada actividad en función de sus características individuales, circunstancias sociales y gustos personales. En ese caso, podrá guiar o derivar al alumnado atendido a través del

artatzen diren ikasleak gidatu edo bideratu ahalko ditu udalerrian lehendik dauden komunitate-baliabide horietara. Are gehiago, hasieran orientatzailea ikaslearekin joan daiteke jarduera horietara, konfiantza emateko eta lehenengo saioetan laguntzeko.

Orientatzaileak ikasle bakoitzaren jarraipen estua egingo du eta talde eragilean erabakiko da jarraipen hitzorduak ikastetxean bertan egingo diren edota orientazio zerbitzuak udalerrian duen beren berezko espazioan (osasun zentroa, kiroldegia, kultur etxea...). Ebaluazioaren atalean ikusiko dugun bezala, hainbat datu jasoko ditu aldiro-aldiro.

Orientatzaileak oso kontuan izan behar du beti datu pertsonalak babesteko eta eskubide digitalen bermeei buruzko lege organikoa. Ikaslearen eta bere familiaren baimena jasotzeaz gain, ezingo du sekula ikaslearen daturik eman, ez identifikazio pertsonaleko daturik, ez osasun-egoerari buruzko daturik, aldez aurretik adostasuna eman ez bada; ikastetxeari ere ezingo dio daturik eman.

Laburbilduz, hauek dira orientatzailearen eginkizun nagusiak:

- Informazioa eman zerbitzuaren funtzionamenduari eta helburuari buruz eta zerbitzuak ekar ditzakeen onura pertsonalei buruz.
- Hitzordura joaten diren pertsonen jarduera fisikoaren maila ebaluatu eta bizi-ohiturak ezagutu (elikadura, lan-bizitza, gizarte-bizitza, jarduera fisikoaren historia...), horretarako entzute aktiboa erabiliz.
- Aholku indibidual eta pertsonalizatua eman, norbanakoaren beharrian eta aukeren eta lehentasunen arabera.
- Ikasleak orientatu jarduera fisiko osasungarri batera, euren egoeraren eta gustu pertsonalen arabera jarduera batera, eta beharrezkoa den jarraipena egin.
- Orientazioko egitarau indibidualen osagarri izango diren jarduerak diseinatu (funtsean taldeko edo komunitateko jarduerak) eskola-komunitatearekin

servicio de orientación hacia los recursos comunitarios existentes en el municipio. Es más, al principio el orientador u orientadora puede acompañar al alumno o alumna a estas actividades para dar confianza y ayudar en las primeras sesiones.

El orientador u orientadora realizará un seguimiento estrecho de cada alumno o alumna, y el grupo motor decidirá si las citas de seguimiento se realizan en el propio centro escolar o en el espacio propio del servicio de orientación en el municipio (centro de salud, polideportivo, casa de cultura). Como veremos en el apartado de evaluación recabará periódicamente una serie de datos.

El orientador u orientadora debe tener siempre muy presente la ley orgánica de protección de datos personales y garantía de los derechos digitales. En ningún caso podrá facilitar datos de identificación personal o del estado de salud del alumno o alumna sin el consentimiento previo del alumno o alumna y de su familia, ni siquiera al centro docente.

En resumen, las funciones principales del orientador u orientadora son:

- Informar sobre el funcionamiento y finalidad del servicio y sobre los posibles beneficios personales que del mismo pueda derivarse.
- Evaluar el nivel de actividad física de las personas que acuden a la cita y conocer sus hábitos de vida (alimentación, vida laboral, vida social, historia de la actividad física), utilizando para ello la escucha activa.
- Asesoramiento individual y personalizado, en función de las necesidades y posibilidades y prioridades del individuo.
- Orientar al alumnado hacia una actividad física saludable adecuada a su situación y gustos personales y realizar el seguimiento necesario.
- Diseñar actividades (fundamentalmente grupales o comunitarias) complementarias a los programas individuales de orientación en colaboración con la comunidad escolar.

elkarlanean.

- Zuzendutako talde-saioak edo hezkuntza-tailerrak zuzendu.

- Bideratzeko prozesuan parte hartzen duten zerbitzu eta eragile guztiekin behar bezala koordinatu.

- Eskolako JF sustatzeko proiektuaren talde eragilean parte hartu.

7.4.- Eskola komunitatean esku-hartzeak diseinatu

Gerta liteke ikastetxeak eta inguruneak (udal kirol zerbitzuek, kirol elkarteek, kirolgune pribatuek, etab.) ez antolatzea ikasle askoren gustuko jarduerarik. Era berean, gerta liteke, antolatu arren, ikasle askok ez izatea aukerarik talde horietan parte hartzeko, jardueren prezioarengatik, eskatzen den kirol mailarengatik edo beste edozein arrazoiarengatik.

Proposatzen da eskola-komunitateak dituen baliabideen bidez gabezia horiek betetzea eta inaktiboak diren ikasleen beharrak aseko dituzten jarduerak edo esku-hartzeak diseinatzea. Zeregin honetan funtsezkoa izango da eskolaz kanpoko ekintzen arduradunekin (eskola kirolaren alorrean batez ere), udal kirol eskaintzaren koordinatzaileekin eta udalerrian egon daitezkeen beste eragile batzuekin elkarlana abiatzea.

Helburua da ikastetxeko ikaslerik ez geratzea jarduerarik egin gabe. Horretarako, ohiko kirol eskaintza osatu eta ikasle inaktiboek erantzuna emango dien proposamen multzoa osatzea gomendatzen da eskola-komunitatean, ardura gurasoen bizkar soilik utzi gabe.

Urrats honetan, berriz ere, talde eragilearen lidergoa ezinbestekoa izango da:

- Ikaslearen beharrak aztertu.
- Komunitateko eragileekin komunikazio

- Dirigir sesiones grupales dirigidas o talleres educativos.

- Coordinarse adecuadamente con todos los servicios y agentes que intervienen en el proceso de derivación.

- Participar en el grupo motor del proyecto de promoción de la AF escolar.

7.4.- Diseño de intervenciones en la comunidad escolar

Puede ocurrir que en la escuela y su entorno (servicios deportivos municipales, agrupaciones deportivas, espacios deportivos privados, etc.) no se organicen actividades de gran interés para el alumnado. También puede ocurrir que, a pesar de organizarse, muchos alumnos y alumnas no puedan participar en estos grupos por el precio de las actividades, el nivel deportivo exigido o por cualquier otro motivo.

Se propone que los recursos con los que cuenta la comunidad escolar cubran estas carencias y diseñen actividades o intervenciones que cubran las necesidades del alumnado inactivo. En esta tarea será fundamental la colaboración con las personas responsables de las actividades extraescolares (especialmente en el ámbito del deporte escolar), con las personas coordinadoras de la oferta deportiva municipal y con otros agentes que puedan existir en el municipio.

El objetivo es que el alumnado del centro no se quede sin actividad. Para ello, se recomienda completar la oferta deportiva habitual y formar un conjunto de propuestas que den respuesta al alumnado inactivo en la comunidad escolar, sin dejar la responsabilidad exclusivamente a expensas de los padres y madres.

En este paso, de nuevo, será imprescindible el liderazgo del grupo motor:

- Analizar las necesidades del alumnado.
- Abrir canales de comunicación con los

bideak ireki.

- Eskolak eta inguruneak eskaintzen dituen aukerak ezagutu.
- Ikasleen beharrak asetzen dituen jarduerak edo esku-hartzeak diseinatu.
- Esku-hartzearen jarraipena eta ebaluazioa egin.

Eusfit Mugiment ekimenarekiko lotura

Sarreran aipatu dugun bezala, Eusfit Mugiment da Mugiment egitasmoaren lehentasunezko beste ekimen bat. EAEko haur eta nerabeen sasoi fisikoaren monitorizazio sistemari buruz ari gara.

Ikastetxearen eta orientazio zerbitzuaren arteko elkarlanak beste lotura bat izan dezake ekimen honetan. Monitorizazio sistemak aukera ematen baitie irakasleei ikasleen sasoi fisikoa ebaluatzeko eta adinaren arabera Europa osoko erreferentzia-parametroekin alderatzeko. Horrela, sasoi fisikoa hiru mailatan sailkatzen da; egokia, hobetu daitekeena edo eskasa. Eta hobetzeko jarraibide orokor batzuk ematen dira.

Eusfit Mugiment ekimenean parte hartzen duten ikastetxeek beren ikasleen sasoi fisikoaren emaitzak izango dituzte eta aukera egongo da emaitza horiek gurasoek ere zuzenean jaso ditzaten aplikazio informatiko baten bitartez. Era berean, gurasoek horrela nahi izanez gero, umearen pediatrik ere emaitzak jasoko ditu zuzenean bere laneko aplikazio informatikoan.

Jarduera fisikoaren maila eskasa duten ikasleek pediatriaren iritzia izan dezakete, errefortzu gisa. Honek ere izango du orientazio zerbitzuaren berri eta guztien artean aztertu daiteke ikaslearen egoera eta erabaki orientazio zerbitzura bideratzea.

Ebaluazioa

Ebaluazioa egiteko adierazle multzo bat proposatzen dugu. Oinarrizko datuak dira eta ez luke ahalegin berezirik eskatu behar hauek antolatzeak. Nolanahi ere, ikastetxe bakoitzak bere adierazleak aukeratuko ditu bere

agentes de la comunidad.

- Conocer las posibilidades que ofrecen la escuela y el entorno.
- Diseñar actividades o intervenciones que satisfagan las necesidades del alumnado.
- Seguimiento y evaluación de la intervención.

Conexión con la iniciativa Eusfit Mugiment

Como ya hemos comentado en la introducción, Eusfit Mugiment es otra de las iniciativas prioritarias del proyecto Mugiment. Nos referimos al sistema de monitorización de la condición física de la infancia y la adolescencia en la CAPV.

La colaboración entre el centro educativo y el servicio de orientación puede tener otro nexo de unión en esta iniciativa. El sistema de monitorización permite al profesorado evaluar la condición física del alumnado y compararla con los parámetros de referencia de toda Europa en función de la edad. Así, la condición física se clasifica en tres niveles, adecuado, mejorable o deficiente. Y se dan unas pautas generales de mejora.

Los centros que participan en la iniciativa Eusfit Mugiment tendrán los resultados del estado físico de sus alumnos y alumnas y sus padres y madres podrán recibir estos resultados directamente a través de una aplicación informática. Asimismo, en caso de que los padres y madres así lo quieran, el/la pediatra del niño recibirá directamente los resultados en su aplicación informática de trabajo.

El alumnado con bajo nivel de actividad física puede, por tanto, contar con la opinión del pediatra como refuerzo. Esta persona también tendrá conocimiento del servicio de orientación y entre todos se puede analizar la situación del alumno o alumna y su derivación al servicio de orientación.

Evaluación

Proponemos una serie de indicadores para realizar la evaluación. Son datos básicos y no deberían suponer un esfuerzo especial su organización. En cualquier caso, cada centro seleccionará sus indicadores en función de su realidad.

errealitatearen arabera.

Proposatutako adierazleak:

- Identifikatutako ikasle inaktiboen kopurua (adinaren eta sexuaren arabera).
- Orientazio zerbitzura bideratutako ikasle kopurua (adinaren eta sexuaren arabera).
- Orientazio zerbitzuan ikasle bakoitzak izandako hitzordu kopurua.
- Ikasle inaktiboek erantzuna emateko antolatutako jarduera kopurua.
- Jarduera mota bakoitzean osatutako saio kopurua.
- Jokabide aldaketa lortu duen edo ikasle aktibo bihurtu den ikasle kopurua (adinaren eta sexuaren arabera).
- Esku-hartze osoa amaitu aurretik ekimena uztea erabaki duen ikasle kopurua (adina eta sexuaren arabera).
- Ikasleen eta familien gogobetetasun inkestaren emaitzak.

A6.-Krasfit Ibaiondo.

Krasfit Ibaiondo. Norentzat da?

16 urtetik gorako edozein pertsonarentzat. Ahalmen, nahi eta gogoia baduzu, animatu!

*Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren orientazioko teknikariak 16 urtetik beherako neraberen batek jarduera honetan aritzeko beharra justifikatuz jotzen badu, taldean onartua izango da eta ariketak egokituko zaizkio.

Nola antolatzen da?

Euskarriak, komunikazioa eta materiala JFKaren sailaren kontu izango dira.

Izena emateak, dinamizazioak, jarraipena eta bertako monitoreak lizitatzailerak hartuko du bere gain. Badia Aktiboko langileek hartuko dute beren gain egitasmo honen koordinazioa.

Indarrean dauden tasen baitan eskainiko da:

18 urtetik behera: 21 € hilean

18 urte edo 18 urtetik gora: 30 € hilean

Indicadores propuestos:

- Número de estudiantes inactivos identificados (por edad y sexo).
- Número de alumnado derivado al servicio de orientación (por edad y sexo).
- Número de citas por alumno/a en el servicio de orientación.
- Número de actividades organizadas para dar respuesta al alumnado inactivo.
- Número de sesiones por cada tipo de actividad.
- Número de estudiantes que consiguen un cambio de conducta o se convierten en estudiantes activos (por edad y sexo).
- Número de alumnos y alumnas (según edad y sexo) que han decidido abandonar la iniciativa antes de finalizar la intervención completa.
- Resultados de la encuesta de satisfacción del alumnado y familias.

A6. Krasfit Ibaiondo.

Krasfit Ibaiondo ¿A quién va dirigido?

A cualquier persona mayor de 16 años. Si tienes capacidad, deseo y ganas, ¡Anímate!

* Si el técnico del Servicio de Orientación de Actividad Física y del Deporte considera justificada la necesidad de que algún/a adolescente menor de 16 años practique esta actividad, será admitido/a en el grupo y se le adecuarán los ejercicios.

¿Cómo se organiza?

Los soportes, la comunicación y el material correrán a cargo del departamento de JFK.

Las inscripciones, dinamizaciones, seguimiento y monitor serán asumidas por el licitador. La coordinación de este proyecto correrá a cargo del personal de Bahía Activa.

Se ofrecerá bajo las tasas vigentes:

Menor de 18 años: 21€/mes

18 años o mayor: 30€/mes

Noiz eta non?

Ikasturte osoan, urrian hasita ekaina bitarte.

Astearte eta ostegunetan 18:30-19:30. Bestelako ordutegia eta bestelako txandak ere antolatu daitezke.

Taldearen sorrerarako gutxienezko pertsona kopurua 10ekoa izango da.

B- HELDUAK

Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Orientazio Zerbitzua kudeatzeaz, koordinatzeaz eta gauzatzeaz arduratu, eta zerbitzu horren barruan esleitzen zaizkion eginkizunez arduratu, MUGIMENTek eta GFAk ezarritako kanonen arabera.

Arreta zuzeneko zerbitzua: telefonoz eta emailaz.

Osasun-zentroak:

Pasaia osasun-zentro guztietan (San Pedron, Antxon eta Donibanen) arreta emango da. Era berean, errehabilitazio zerbitzuarekin eta osasun mentalekin loturak ezarriko dira, deribazioak ahalbidetzeko.

Gizarte zerbitzuak eta bestelako udal eragileak: zerbitzua beste udal eragileek adierazitako beharretara egokituko da, guztiei zerbitzua ematearren.

Bestelako eragileak ere kontuan izango dira.

Urtean behin eragile bakoitzarekin koordinazio bilera bat deituko da.

GFaren aplikazioa erabiliko da bezero guztiak artatzeko eta euren datuak eta jarraipenak egiteko.

C.-EMAKUME AKTIBOAK

C1.-AMAFIT programa:

Zein helburu izango ditu?

¿Cuándo y cómo?

Durante todo el curso, comenzando en octubre.

Martes y jueves 18:30-19:30. También se podrán organizar en otros horarios y turnos.

El número mínimo de personas para formar los grupos es de 10.

B- MAYORES

Encargarse de la gestión, coordinación y ejecución del Servicio de Orientación de la Actividad Física y el Deporte, así como de las funciones que se le asignen dentro de dicho servicio, de acuerdo con los cánones establecidos por MUGIMENT y la DFG.

Servicio de atención directa: telefónica y por e-mail.

Centros de salud:

Se prestará atención en todos los centros de salud de Pasaia, San Pedro, Antxo y San Juan. También se establecerán vínculos con el servicio de rehabilitación y la salud mental para posibilitar las derivaciones.

Servicios sociales y otros agentes municipales: el servicio se adecuará a las necesidades planteadas por otros agentes municipales para dar servicio a todos ellos.

Se tendrán en cuenta otros agentes.

Una vez al año se convocará una reunión de coordinación con cada agente.

Se utilizará la aplicación de la DFG para atender a todos/as los/las pacientes y realizar sus datos y seguimientos.

C MUJERES ACTIVAS

C1.- Programa AMAFIT:

¿Cuáles serán sus objetivos?

- Será un espacio para el

- Emakume haurdunak jarduera fisikoan eta kirol arloan ahalduzko, eta emakumeen osasuna hobetzeko espazioa izango da.
- Sareetan beste emakume batzuekin batera, norberaren ahalmenak, mugak, erronkak, zailtasunak eta ideiak partekatzea.
- Emakumeen autonomia, konfiantza eta bizitzak hobetzeko bide izatea taldea.
- Amatasunak dakarren presio sozioekonomiko eta kulturaletik at espazio segurua eraikitzea, amatasun berriak aztertze.
- Amatasun errealari dedikatutako espazioa: Haurdunaldian eta erditze ostean ematen diren aldaketetan atentzioa jarrita jarduera fisiko egokitua praktikatzeko espazioa izango da.
- Haur nahiz gurasoek beste familia batzuekin eta jarduera fisikoarekin kontaktua ezartzeko gune eroso eta seguru bat eskaintzea.
- Gizartea populazio jakin honetan jarduera fisikoak duen garrantziaz ohartaraztea.
- Amatasuna feminismotik eraikitze tresnak eta baliabideak eskaintzea.

C2.-Emakume korrikalari egitasmoa.

Norentzat da?

Edonorentzat. Ez duzu korrika egiteko ohiturarik izan beharrik. Gaitasuna, nahia eta gogoia badituzu, animatu!

Nola antolatzen da?

Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren zerbitzuak eta Pasaia Jabetze Eskolak elkarlanean antolatzen duten eskaintza da.

Euskarriak, komunikazioa eta materiala JFKSren kontu izango dira.

Izen-emateak, dinamizazioak, jarraipena eta begiralea lizitatzailerak hartuko ditu bere gain. Badia Aktiboko langileek hartuko dute beren

empoderamiento de las mujeres embarazadas en la actividad física y en el ámbito deportivo, y para la mejora de su salud.

- Compartir en las redes, junto con otras mujeres, sus capacidades, limitaciones, retos, dificultades e ideas.

- Que este grupo sea una vía para mejorar en la autonomía, la confianza y la vida de las mujeres.

- Construir un espacio seguro al margen de la presión socioeconómica y cultural que supone la maternidad, para el estudio de nuevas maternidades.

- Espacio dedicado a la maternidad real: Se trata de un espacio para la práctica de actividad física adaptada, con atención a los cambios que se producen durante el embarazo y el posparto.

- Proporcionar un espacio cómodo y seguro en el que niños/as y madres y padres puedan establecer contacto con otras familias y con la actividad física.

- Sensibilizar a la sociedad sobre la importancia de la actividad física en esta población.

- Ofrecer herramientas y recursos para construir la maternidad desde el feminismo.

C2.-Proyecto EMAKUME KORRIKALARI.

¿A quién va dirigido?

A cualquiera No necesitas tener el hábito de correr. Si tienes capacidad, deseo y ganas, ¡Anímate!

¿Cómo se organiza?

Es una oferta que se organiza conjuntamente entre el servicio de Actividad Física y Deporte y la Escuela de Empoderamiento de Pasaia.

Los soportes, la comunicación y el material correrán a cargo del DAfD.

La inscripción, dinamización, seguimiento y monitor serán asumidos por el licitador. El personal de Bahía Activa asumirá la

gain egitasmo honen koordinazioa. Doako eskaintza da. Noiz eta non? Ikasturte osoan, urrian hasita ekaina bitarte. Eskaintza minimoa eta erreferentziazko ordutegiak: Astearteetan 19:00etatik 20:00etara Ibaiondo pilotalekuan. Asteazkenetan 11:00etatik 12:00etara Ibaiondo pilotalekuan Ostegunetan 19:00etatik 20:00etara San Pedroko udal gimnasioan Informazio gehiago: https://www.pasaia.eus/eu/runningfit	coordinación de este proyecto. Es una oferta gratuita. ¿Cuándo y dónde? A lo largo del curso escolar, desde el mes de octubre hasta el mes de junio. Oferta mínima y horarios de referencia: Martes de las 19:00 a las 20:00 horas en el frontón Ibaiondo. Miércoles de 11:00 a 12:00 horas en el frontón Ibaiondo. Jueves de 19:00 a 20:00 en el gimnasio municipal de San Pedro Para más información: https://www.pasaia.eus/eu/runningfit
C3.- Emakume palista egitasmoa. Norentzat da? Edonorentzat. Ez duzu palan jokatzeko ohiturarik edo sekulako esperientziarik izan beharrik. Gaitasuna, nahia eta gogoia badituzu, animatu! Nola antolatzen da? Euskarriak, komunikazioa eta materiala JFKSren kontu izango dira. Izen-emateak, dinamizazioak, jarraipena eta begiralea lizitatzailleak hartuko ditu bere gain. Badia Aktiboko lengileek hartuko dute beren gain egitasmo honen koordinazioa. Noiz eta non? Ikasturte osoan, urrian hasita ekaina bitarte. Astean behin ordu betez Pasai Antxoko Ibaiondo pilotalekuan. Informazio gehiago: https://www.pasaia.eus/eu/emakume-palistak-antxo C4.-Bestelako jarduerak GFAko Emakumeok	C3.- Proyecto mujer palista. ¿A quién va dirigido? A cualquiera No es necesario tener un hábito de jugar a pala, ni mucha experiencia. Si tienes capacidad, deseo y ganas, ¡Anímate! ¿Cómo se organiza? Los soportes, la comunicación y el material correrán a cargo del DAFD. La inscripción, dinamización, seguimiento y monitor serán asumidos por el licitador. El personal de Bahía Activa asumirá la coordinación de este proyecto. ¿Cuándo y dónde? A lo largo del curso escolar, desde el mes de octubre hasta el mes de junio. 1 hora a la semana en el frontón Ibaiondo de Pasai Antxo. Para más información: https://www.pasaia.eus/eu/emakume-palistak-antxo C4.- Otras actividades dentro del paraguas

Kirolari aterkiaren barruan.

Emakumezkoen aktibotasunaren garapena sustatu, babestu, lagundu eta bistartzeko. oinarritik eliteraino, emakumezkoen kirola sustatzeko eta bistartzeko dinamikak, proiektuak eta ekimenak sortuz, eta garatzen jarraitzeko beharra azalduz.

Informazio gehiago:

<https://www.gipuzkoa.eus/eu/web/kirolak/emakumeok-mugimenduan-app>

D.- ADINEKO POPULAZIOA

D1.- Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Orientazio Zerbitzua kudeatzeaz, koordinatzeaz eta gauzatzeaz arduratu, eta zerbitzu horren barruan esleitzen zaizkion eginkizunez arduratu, MUGIMENTek eta GFAk ezarritako kanonen arabera.

Arreta zuzeneko zerbitzua: telefonoz eta emailuz.

Osasun-zentroak:

Pasaia osasun-zentro guztietan (San Pedron, Antxon eta Donibanen) emango da arreta. Halaber, errehabilitazio zerbitzuarekin eta osasun mentalekin loturak ezarriko dira, deribazioak ahalbidetzeko.

Gizarte zerbitzuak eta bestelako udal eragileak: zerbitzua beste udal eragileek adierazitako beharretara egokituko da, guztiei zerbitzua ematearren.

Bestelako eragileak ere kontuan izango dira.

Urtean behin eragile bakoitzarekin koordinazio bilera bat deituko da.

GFAko aplikazioa erabiliko da bezero guztiak artatzeko era euren datuak eta jarraipenak egiteko.

D2.-Tipi-tapa 4.0 programa:

Programa honetako taldeen izen-ematea, zabalkundea, jarraipena eta dinamizazioa egingo du enpresa lizitatzailleak, ondorengo

Emakumeok Kirolari de la DFG.

Para promover, apoyar, y visibilizar el desarrollo de la actividad femenina. desde la base hasta la élite, generando dinámicas, proyectos e iniciativas de promoción y visibilización del deporte femenino y planteando la necesidad de continuar con su desarrollo.

Para más información:

<https://www.gipuzkoa.eus/eu/web/kirolak/emakumeok-mugimenduan-app>

D-POBLACIÓN MAYOR

D1.- Encargarse de la gestión, coordinación y ejecución del Servicio de Orientación de la Actividad Física y el Deporte, así como de las funciones que se le asignen dentro de dicho servicio, de acuerdo con los cánones establecidos por MUGIMENT y la DFG.

Servicio de atención directa: telefónica y por e-mail.

Centros de salud:

Se prestará atención en todos los centros de salud de Pasaia, San Pedro, Antxo y San Juan. También se establecerán vínculos con el servicio de rehabilitación y la salud mental para posibilitar las derivaciones.

Servicios sociales y otros agentes municipales: el servicio se adecuará a las necesidades planteadas por otros agentes municipales para dar servicio a todos ellos.

Se tendrán en cuenta otros agentes.

Una vez al año se convocará una reunión de coordinación con cada agente.

Se utilizará la aplicación de la DFG para atender a todos/as los/las pacientes y realizar sus datos y seguimientos.

D2.-Programa Tapas 4.0:

La inscripción, divulgación, seguimiento y dinamización de los grupos de este programa se llevarán a cabo por la empresa licitadora siguiendo las pautas que figuran en el

estekan agertzen diren jarraibideak kontuan hartuz:

<https://www.pasaia.eus/eu/tipi-tapa>

Hileroko jarraipena egingo zaie badiaren inguruko Tipi-tapa guztiei, eta taldeak dinamizatuko dira: hilean behin kanpoko eragile bat joango da irteeretara (Osakidetzako langilea, Gizarte Ekintza Saileko langilea, Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Saileko langilea, ikastetxeetako ikasleak eta irakasleak...).

Orientatzaileak irailean denboraldi osorako plangintza egingo du, eta horretan zehaztuko dira eragileak; hartara, hasieratik interesdun guztiak koordinatuko ditu.

Denboraldiaren amaieran goizeko irteera bat antolatuko da, Tipi-tapa guztietako kideentzat eta Jarduera Fisikoaren Orientazio Zerbitzuko erabiltzaileentzat. Jai-giroan egingo da, sozializatzeko helburua izango du, eta taldeek egin duten lana nabarmentzen saiatuko dira.

Orientatzaileak Tipi-tapa talde guztien datuak bilduko ditu hilero, ustiapen estatistikoa egiteko.

Halaber, egiten diren ibilbideen eta parte-hartzaileen beharren jarraipena egingo du, ahal den heinean programa parte-hartzaileen adin eta gaitasunetara egokitzeko; eta ahalik eta ekarpen gehien egingo du, programa ondo gauzatzeko, eta parte-hartzaileen segurtasuna ziurtatzeko.

Orientatzaileak denboraldiaren bukaeran programaren azken memoria egingo du. Ekainaren 30a baino lehen aurkeztu beharko du.

Orientatzaileak eskatzen zaizkion komunikazio-txostenak prestatuko ditu, eta taldeen irudiak emango ditu, Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Sailak eskatzen dizkionean; informazioa udalaren webean, sare sozialetan edo hedabideetan zabaltzeko.

Talderen bat zuzenean dinamizatzeko

siguiente enlace:

<https://www.pasaia.eus/eu/tipi-tapa>

Se realizará un seguimiento mensual de todas las Tipi-tapas del entorno de la bahía y se dinamizarán los grupos, acudiendo una vez al mes a las salidas un agente externo (personal de Osakidetza, personal del Departamento de Acción Social, personal del Departamento de Actividad Física y Deporte, alumnado y profesorado de los centros...).

El orientador u orientadora elaborará en septiembre una planificación para toda la temporada, en la que se concretarán los agentes, de forma que desde el principio coordine a todos los interesados y interesadas.

Al final de la temporada se organizará una salida de mañana para todas las personas integrantes de Tipi-tapa y usuarios del SOF. Se realizará en un ambiente festivo, con un objetivo socializador, y procurando poner en valor el trabajo realizado por los grupos.

El orientador u orientadora recogerá mensualmente los datos de todos los grupos Tipi-tapa para su explotación estadística.

Asimismo, realizará un seguimiento de los itinerarios que se realicen y de las necesidades de las personas participantes, con el fin de adecuar, en la medida de lo posible, el programa a las edades y capacidades de las personas participantes, realizando las mayores aportaciones posibles para la correcta ejecución del programa y la seguridad de las personas participantes.

El orientador u orientadora elaborará al final de la temporada una memoria final del programa. antes del 15 de junio.

El orientador u orientadora elaborará los informes de comunicación que se le requieran y entregará las imágenes de los grupos cuando le sean requeridos por el Departamento de Actividad Física y Deporte para difundir la información en la web municipal, redes sociales o medios de comunicación.

En caso de necesidad de dinamización

beharra badago, dinamizatzailleak beteko du eginkizun hori. Oro har, dinamizazioa barruti bakoitzeko jubilatuen klubaren ardura da, baina horiek etorkizunean eginkizun hau betetzeko konpromisoa hartzen ez badute, orientatzaileak hartuko du bere gain, Jarduera Fisikoaren Orientazio Zerbitzuari eskainitako orduetatik.

D3.- MAKILFIT IRTEERAK

Programa honetako taldeen izen-ematea, dibulgazioa, jarraipena eta dinamizazioa egingo du enpresa lizitatzailleak, ondorengo estekan agertzen diren jarraibideak kontuan hartuz:

<https://www.pasaia.eus/eu/makilfit>

Hileroko jarraipena egingo zaie badiaren inguruko makilfit guztiei, eta Antxoko taldea dinamizatuko da.

Orientatzaileak irailean denboraldi osorako plangintza egingo du, eta horretan zehaztuko dira eragileak; hartara, hasieratik interesdun guztiak koordinatuko ditu.

Denboraldiaren amaieran goizeko irteera bat antolatuko da Tipi-tapa guztiekin. Jai-giroan egingo da, sozializatzeko helburua izango du, eta taldeek egin duten lana nabarmentzen saiatuko dira.

Orientatzaileak irteera guztien datuak bilduko ditu hileroko, ustiapen estatistikoa egiteko.

Halaber, egiten diren ibilbideen eta parte-hartzaileen beharren jarraipena egingo du, ahal den heinean programa parte-hartzaileen adin eta gaitasunetara egokitzeko; eta ahalik eta ekarpen gehien egingo du, programa ondo gauzatzeko, eta parte-hartzaileen segurtasuna ziurtatzeko.

Orientatzaileak denboraldiaren bukaeran programaren azken memoria egingo du. Ekainaren 30a baino lehen aurkeztu beharko du.

directa de algún grupo, será la persona dinamizadora quien realice esta función. Con carácter general, la dinamización es responsabilidad del club de jubilados de cada distrito, pero en caso de que éstos no se comprometan en el futuro a realizar esta función, será asumida por la persona orientadora dentro las horas dedicadas al Servicio de Orientación de Actividad Física.

D3.- SALIDAS MAKILFIT

La inscripción, divulgación, seguimiento y dinamización de los grupos de este programa se llevarán a cabo por la empresa licitadora siguiendo las pautas que figuran en el siguiente enlace:

<https://www.pasaia.eus/eu/makilfit>

Se realizará un seguimiento mensual de todos los makilfit del entorno de la bahía y se dinamizará el grupo de Antxo.

El orientador u orientadora elaborará en septiembre una planificación para toda la temporada, en la que se concretarán los agentes, de forma que desde el principio coordine a todos los interesados y interesadas.

Al final de la temporada se organizará una salida de mañana con todos los Tipi-tapa. Se realizará en un ambiente festivo, con un objetivo socializador, y procurando poner en valor el trabajo realizado por los grupos.

El orientador u orientadora recogerá mensualmente los datos de todas las salidas para su explotación estadística.

Asimismo, realizará un seguimiento de los itinerarios que se realicen y de las necesidades de las personas participantes, con el fin de adecuar, en la medida de lo posible, el programa a las edades y capacidades de las personas participantes, realizando las mayores aportaciones posibles para la correcta ejecución del programa y la seguridad de las personas participantes.

El orientador u orientadora elaborará al final de la temporada una memoria final del programa, antes del 15 de junio.

El orientador u orientadora elaborará los

Orientatzaileak eskatzen zaizkion komunikazio-txostenak prestatuko ditu, eta taldeen irudiak emango ditu, Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Sailak eskatzen dizkionean; informazioa udalaren webean, sare sozialetan edo hedabideetan zabaltzeko.

D4.-HASIFIT

Programa honetako taldeen izen-ematea, zabalpena, jarraipena eta dinamizazioa egingo ditu enpresa lizitatzailerak, ondorengo estekan agertzen diren jarraibideak kontuan hartuz:

<https://www.pasaia.eus/eu/hasifit>

D5.-HELDUFIT

Programa honetako taldeen izen-ematea, zabalpena, jarraipena eta dinamizazioa egingo ditu enpresa lizitatzailerak, ondorengo estekan agertzen diren jarraibideak kontuan hartuz:

<https://www.pasaia.eus/eu/heldufit>

Programa honen bidez, doako tailerra egin nahi da Jarduera Fisikoaren Orientazio Zerbitzuko erabiltzaile guztientzat; indarra, oreka eta elastikotasuna lantzeko edo lan aerobikoa egiteko, besteak beste.

Ez du adin-tarte zehatzik izango.

2 hilabeteko moduluak izango dira, astean ordu beteko saioekin, eta lau barrutietan emango dira ikasturte guztian.

Horietako bat beti abian egongo da, eta gainerakoak prest izango dira aurrekoak bukatzen direnerako.

Barruti bakoitzean kirol instalazio egokienetan programatuko dira, eta orientatzaileak dinamizatuko ditu.

Parte-hartzaileek aukera dute guztietan libreki parte hartzeko. Helburua da prestakuntza bukatu ondoren, agindutako ariketak euren kabuz egiteko autonomoak izatea, eta orientatzaileak aldian behingo jarraipena egitea.

informes de comunicación que se le requieran y entregará las imágenes de los grupos cuando le sean requeridos por el Departamento de Actividad Física y Deporte para difundir la información en la web municipal, redes sociales o medios de comunicación.

D4.-HASIFIT

La inscripción, divulgación, seguimiento y dinamización de los grupos de este programa se llevarán a cabo por la empresa licitadora siguiendo las pautas que figuran en el siguiente enlace:

<https://www.pasaia.eus/eu/hasifit>

D5.-HELDUFIT

La inscripción, divulgación, seguimiento y dinamización de los grupos de este programa se llevarán a cabo por la empresa licitadora siguiendo las pautas que figuran en el siguiente enlace:

<https://www.pasaia.eus/eu/heldufit>

Con este programa se pretende realizar un taller gratuito para todas las personas usuarias del Servicio de Orientación de Actividad Física para trabajar la fuerza, el equilibrio, la elasticidad, el trabajo aeróbico, etc.

No tendrá franjas de edad concretas.

Serán módulos de 2 meses, con una hora semanal de sesiones, que se impartirán en los cuatro distritos a lo largo de todo el curso.

Una de ellas siempre estará en marcha y el resto estará preparado para cuando finalicen las anteriores.

Se programarán en las instalaciones deportivas más adecuadas en cada distrito y serán dinamizadas por el orientador u orientadora.

Las personas participantes pueden participar libremente en todos ellos. El objetivo es que, una vez finalizada la formación, el orientador u orientadora pueda ser autónomo o autónoma en la realización de los ejercicios que se le encomienden, realizando un

D6.-PARKFIT

Programa honetako taldeen izen-ematea, zabalpena, jarraipena eta dinamizazioa egingo ditu enpresa lizitatzailerak, ondorengo estekan agertzen diren jarraibideak kontuan hartuz:

<https://www.pasaia.eus/eu/parkfit>

D7.-ETXEAN BIZI PROGRAMAK

Programa honetako taldeen izen-ematea, zabalpena, jarraipena eta dinamizazioa egingo ditu enpresa lizitatzailerak, ondorengo estekan agertzen diren jarraibideak kontuan hartuz:

<https://www.pasaia.eus/eu/etxean-bizi-orientazio-zerbitzua>

Zerbitzuaren barruan Etxean Bizi estrategia kontuan hartuko da. Horren bitartez, orientatzailea gizarte zerbitzuekin elkarlanean arituko da, mendetasun-maila handiko adineko pertsonen etxez etxeko zerbitzua emateko.

D8.-BESTELAKO PROGRAMAK

Suertatzen diren beharren arabera programak bere gain hartuko ditu lizitatzailerak.

D9.-Prestakuntza-ikastaroak:

Prestakuntza-saioak programatu dira, xede-herritarren interes eta beharren arabera. Saioak gutxienez ordubetekoak izango dira.

Adin-tarte honetako pertsonen eskatuz gero, eskaintza aktiboa dinamizatzeko saio espezifikoak programatzeko aukera aztertuko da. Eskaintza hori jubilatuen elkarlanean edo beste lokal batzuetan programatu liteke, eta esleipendunak zerbitzu horren ordua bereiz fakturatu ahal izango du: 25 euro (BEZ barne).

seguimiento periódico.

D6.-PARKFIT

La inscripción, divulgación, seguimiento y dinamización de los grupos de este programa se llevarán a cabo por la empresa licitadora siguiendo las pautas que figuran en el siguiente enlace:

<https://www.pasaia.eus/eu/parkfit>

D7.-PROGRAMAS ETXEAN BIZI

La inscripción, divulgación, seguimiento y dinamización de los grupos de este programa será realizada por la empresa licitadora siguiendo las pautas que figuran en el siguiente enlace:

<https://www.pasaia.eus/eu/etxean-bizi-orientazio-zerbitzua>

Dentro del servicio se tendrá en cuenta la estrategia Etxean Bizi. A través de ella, el orientador u orientadora colaborará con los servicios sociales en la prestación del servicio domiciliario a personas mayores con alto grado de dependencia.

D8.-OTROS PROGRAMAS

Los licitadores asumirán programas adecuados a las necesidades que se presenten.

D9.- Cursos de formación:

Se programarán sesiones formativas en función de los intereses y necesidades de la población destinataria. Las sesiones tendrán una duración mínima de una hora.

En el caso de que las personas de esta franja de edad lo soliciten, se estudiará la posibilidad de programar sesiones específicas para dinamizar la oferta activa. Esta oferta podrá programarse en asociaciones de jubilados u otros locales y el adjudicatario podrá facturar la hora de dicho servicio separadamente: 25 euros (IVA incluido).

E- ZEHARKAKO PROGRAMA AKTIBOAK

Zeharkako programen zerrenda itxi bat emateko asmorik gabe, horietako batzuk zehazten dira ondoren:

E1.- LANGILE AKTIBOAK:

JFKO zerbitzuko orientatzaileak programa hau udal langileen artean zabaltu eta aurrera eramango du:

Lan-ordutegitik kanpo eskaintzen diren Pasaia Badia Aktiboa programako jardura guztietan dohainik parte hartzeko aukera: jardura fisikoa lan-ingurunean.

Zer da jardura fisikoa?

Jardura fisikoa energia-gastua handitzen duen borondatezko edozein gorputz-mugimendu da, hala nola oinez ibiltzea, eskailerak igotzea edo bizikletan joatea ohiko lekuetara.

Definizioak

Jardura fisikoa: maila basalak edo atseden-mailak gainditzen dituen gastu kalorikoa dakarren borondatezko gorputz-mugimendu errepikakor oro da.

Ariketa: jardura fisikoa da, programatua, egituratua eta errepikatua, egoera fisikoa hobetzeko helburua duena, eta, oro har, aisialdian egiten da.

Kirola: hau arau berezi batzuen barruan kokatutako ariketa mota batekin lotzen da, argi eta garbi mugatutako eremuetan egiten da, kirol-jardura horretarako jantzi berezi eta propioekin, eta, oro har, lehiatzeko asmoarekin.

Forma fisikoa: pertsonak dituen edo lortzen dituen ezaugarri fisikoen multzoa da, eta eguneroko bizitzako jarduerak egiteko trebetasunarekin lotzen da, besteak beste, bihotz-biriketako erresistentzia, indarra, malgutasuna, kontrol neuromotorra eta gorputzaren osaera.

Zergatik sustatu jardura fisikoa lan-

E- PROGRAMAS ACTIVOS TRANSVERSALES

Sin ánimo de que sea una lista cerrada, a continuación se detallan algunos:

E1.- PERSONAL ACTIVO:

El orientador u orientadora del SOAFD difundirá y desarrollará este programa entre el personal municipal:

Participar gratuitamente en todas las actividades del programa Bahía Activa de Pasaia que se oferten fuera del horario laboral: La actividad física en el entorno laboral.

¿Qué es la actividad física?

La actividad física es cualquier movimiento corporal voluntario que incrementa el gasto energético, como caminar, subir escaleras o ir en bicicleta a lugares habituales.

Definiciones

Actividad física: Es todo movimiento corporal voluntario y repetitivo que supone un gasto calórico superior a los niveles basales o de descanso.

Ejercicio: Se trata de una actividad física, programada, estructurada y repetida, cuyo objetivo es la mejora de la condición física y, en general, se realiza en el tiempo libre.

Deporte: Esto se relaciona con un tipo de ejercicio enmarcado dentro de unas reglas especiales, se realiza en zonas claramente delimitadas, con prendas especiales y propias para esta actividad deportiva, y con ánimo competitivo en general.

Forma física: Conjunto de características físicas inherentes o adquiridas por la persona, que se relacionan con su habilidad para realizar las actividades de la vida diaria, tales como resistencia cardiopulmonar, fuerza, flexibilidad, control neuromotor y composición corporal.

¿Por qué fomentar la actividad física en el entorno laboral?

ingurunean?

Jarduera fisiko erregularrak baldintza mediko anitzen arriskua murrizten du, besteak beste, gaixotasun kardiobaskularra, gertaera zerebrobaskularrak, hipertentsio arteriala eta minbizi mota batzuk, kolonekoa eta bularrekua kasu. Horrez gain, pisu irabazia prebenitzen du, egoera fisikoa hobetzen du oro har, erortzeko arriskua murrizten du, hezurren osasuna ahalbidetzen du eta sintoma depresiboak murrizten ditu.

Agerian geratu da langile gehienak gutxienez zortzi orduz egoten direla eserita, eta lanaren arabera, denbora horiek handiagoak ere izan daitezkeela. Lan-jardueran zehar gutxieneko jarduera fisikoa edo intentsitate txikikoa egiten dute.

Beraz, lan-ingurunetik ongizatearen kultura garatzen laguntzeak emaitza positiboak sor ditzake enplegatuen osasunean, eta, halaber, emaitza finantzarioak sor ditzake enplegatzailerentzat.

Lan-ingurunean jarduera fisikoaren programak garatzeak onura hauek ditu:

- Lan-indar osasungarria sortzen du.
- Langileen produktibitatea handitzen du.
- Lan absentismoa murrizten du.
- Langileen osasun-kostuak murrizten ditu.
- Langileen adorea eta autoestimua handitzen ditu.
- Langile onak erakartzen eta atxikitzen ditu.

Zeintzuk dira lan-ingurunean jarduera fisikoko programak garatzeko behar diren etapak?

Pasaia Badia Aktiboaren estrategiaren barruko plangintza: JFOZeko orientatzailea arduratuko da egungo egoera eta beharrak identifikatzeaz, eta lan-ingurune osasungarria eta jarduera fisikoa sustatzeko plan eta programa espezifikoak sortzeaz.

Sustapena: Komunikazio-estrategiak sortzea,

La actividad física regular reduce el riesgo de múltiples condiciones médicas, como enfermedades cardiovasculares, accidentes cerebrovasculares, hipertensión arterial y algunos tipos de cáncer, como el de colon y el de mama. Además, previene el aumento de peso, mejora el estado físico en general, reduce el riesgo de caídas, favorece la salud ósea y reduce los síntomas depresivos.

Se ha evidenciado que la gran mayoría de trabajadores permanecen sentados por lo menos ocho horas del día, y dependiendo del trabajo, estos tiempos pueden ser incluso mayores, realizando un nivel de actividad física mínimo o de baja intensidad durante el transcurso de su actividad laboral.

Así que, favorecer el desarrollo de la cultura del bienestar desde el entorno laboral tiene el potencial de producir resultados positivos sobre la salud de los empleados, así como financieros para los empleadores.

El desarrollo de programas de actividad física en el entorno laboral tiene los siguientes beneficios:

- Crea una fuerza de trabajo saludable.
- Aumenta la productividad del personal.
- Reduce el absentismo laboral.
- Reduce los costes en salud del personal.
- Aumenta la moral y la autoestima de los/las empleados/as.
- Atrae y retiene a los/las buenos/as empleados/as.

¿Cuáles son las etapas necesarias para desarrollar programas de actividad física en el entorno laboral?

Planificación dentro de la Estrategia de la Bahía Activa de Pasaia: la persona orientadora del SOAFD será la encargada de identificar la situación actual y las necesidades, así como de elaborar planes y programas específicos de promoción del entorno laboral saludable y de la actividad física.

Promoción: Generar estrategias

langileak fisikoki aktiboak izan daitezen ahalbidetzeko, honako hauen bidez:

- Mezu elektronikoak.
- Intraneta – Aldizkako mezuak, jarduera fisikoaren onurak adierazteko.
- Bilera inportanteetan iragartzea.
- Mezu laburrak jartzea ikusteko moduan komunetan, eskaileretan, igogailuetako sarrera-irteeretan, eta zirkulazioko gainerako gunetan.
- Taldekako solasaldiak, feedbacka jasotzeko eta langileen beharrak identifikatzeko.
- Pizgarriak.
- Pantailaren atzeko planoak.
- Karteldegia edo pantaila digitalak.
- Jarduera fisikoa eta horren onurak ikusarazteko jardunaldiak.
- Barne-buletinak edo informazio-kapsulak.
- Infografiak eta eduki moldakorrak zabaltzea erakundearen sare sozialen bidez.
- Helburu horretarako komunikazio-baliabide teknikoan aprobetxamendua, oro har.

Ezartzea

Jarduerak garatzeko plan bat erantsi da: jarduera errazak langile hasiberriak motibatuzko, jarduera ertainak langile aktiboentzat, eta mantentzeko jarduerak erregulartasunez ariketa egiten duten langileentzat.

Ebaluazioa:

Etap hau planeamendutik hasita hartu behar da kontuan, eta hainbat modu dago egiteko:

- Parte-hartzaile kopurua diseinatutako programetan.
- Langileen jarduera fisikoari eskainitako denbora.
- Jarduera fisikoaren plangintzara hilean zein maiztasunekin joaten diren.
- Garatutako programen aurrean langileek duten pertzepzioa ebaluatuko duten inkestak.

comunicativas para favorecer que los empleados sean físicamente activos, a través de:

- Correos electrónicos.
- Intranet – Mensajes periódicos que señalen sus beneficios.
- Anuncios en reuniones claves.
- Mensajes cortos visibles en los baños, escaleras, hall de ascensores y demás zonas de circulación.
- Charlas grupales para recibir retroalimentación e identificar necesidades de los/las empleados/as.
- Incentivos.
- Fondos de pantalla.
- Carteleros o pantallas digitales.
- Jornadas de visibilización de la actividad física y sus beneficios.
- Boletines internos o cápsulas informativas.
- Divulgación de infografías y contenidos versátiles a través de redes sociales de la entidad.
- Aprovechamiento en general de los recursos técnicos de comunicación para este fin.

Implementación

Se adjunta un plan de desarrollo de actividades sencillas para motivar a los/las empleados/as principiantes, intermedias para los empleados/as activos/as y de mantenimiento para los/las empleados/as que se ejercitan con regulares.

Evaluación:

Esta etapa debe ser contemplada desde la planeación y puede incluir varias formas de hacerlo:

- Número de participantes en los programas diseñados.
- Tiempo dedicado por los/las empleados/as a la actividad física.
- Frecuencia en la asistencia por mes al plan de actividad física.
- Encuestas que evalúen la percepción de los/las empleados/as ante los programas desarrollados.
- Número de participantes que han completado un programa de actividad física.

- Jarduera fisikoaren programa bat osatu duten parte-hartzaileen kopurua.
- Programan parte hartzen duten pertsonen egoera fisikoaren alderdi espezifikoak (indarra, gaitasun kardiobaskularra, malgutasuna, pisua).

Zer ekintza bateratu egin daitezke lan-ingurunetik jarduera fisikoa sustatzeko?

- Aisia-jardueretarako ekipamenduak eta azpiegiturak hobetzea eta egokitzea.
- Joan-etorri aktiboak sustatzeko esku-hartzeak garatzea, bai etxetik lanerako joan-etorriak eta bai ondasunez edo zerbitzuz hornitzeko joan-etorriak.
- Bizikleta garraiobide gisa sustatzea.
- Garraio publikoaren erabilera eta hori garraiobide aktiboetan integratzea sustatzea.
- Igogailuen erabilera mugatzea lan-eremuan lekualdatzeko bitarteko gisa.
- Jarduera fisikoa sustatzeko laguntza-sare komunitarioak garatzea.
- Lan-ingurunean atsedenaldi aktiboak egitea.
- Aisialdiaren barruan jarduera fisikoa egiteko moduak sartzeari, hala nola bizikletaren erabilera eta aisialdirako edo garraiorako motorrik gabeko beste modu batzuk, igeriketa, gimnasia-ekipoen erabilera, jolas-jarduerak, jolas tradizionalak, eskailerak igotzea eta dantza, besteak beste.

Ze esku-hartze gomendatzen dira lan-ingurunean jarduera fisikoa sustatzeko?

- Atsedenaldi aktiboaren programa.
- Atsedenaldi aktiboetarako ekipamendua.
- Bizikletak mailegatzeko zerbitzua, bizikletak aparkatzeko lekua, eta mugikortasun horizontala/bertikala.
- Kirolguneetako dutxak erabiltzeko aukera.
- Jarduera fisikoa egiteko pizgarriak.

- Aspectos específicos de la condición física de las personas que participan en el programa (fuerza, capacidad cardiovascular, flexibilidad, peso).

¿Qué acciones conjuntas se pueden desarrollar desde el entorno laboral para promocionar la actividad física?

- Mejorar los equipamientos y la infraestructura para actividades recreativas.
- Desarrollar intervenciones dirigidas a promocionar desplazamientos activos de la casa al trabajo y desplazamientos para provisionarse de bienes o servicios.
- Promoción de la bicicleta como medio de transporte.
- Promocionar el uso del transporte público y su integración a medios de transporte activo.
- Limitar el uso de ascensores como medio de desplazamiento en la zona de trabajo.
- Desarrollo de redes de apoyo comunitarias para la promoción de la actividad física.
- Realizar pausas activas en el entorno laboral.
- Incluir formas de actividad física como parte del tiempo libre como el uso de la bicicleta y otras formas no motorizadas para recreación o transporte, la natación, el uso de equipos de gimnasia, las actividades recreativas, los juegos tradicionales, subir escaleras y la danza o baile entre muchas otras.

¿Qué intervenciones se recomiendan para la promoción de la actividad física en el entorno laboral?

- Programa de pausas activas.
- Equipamiento para pausas activas.
- Servicio de préstamo de bicicletas, aparcamiento de bicicletas y movilidad horizontal/vertical.
- Opción de utilización de las duchas de los complejos deportivos.
- Incentivos para la práctica de actividad física.
- Servicio de Orientación de Actividad Física y Deporte.

- Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Orientazio Zerbitzua.

Eta 2018-2030erako OMEren osasun-planarekin lerrokatuta, horrek guztiak sistemetan oinarritutako ikuspegia eskatzen du, jarduera fisikoaren aukeren gaineko eragin anitzen interkonexioa eta elkarreragin moldagarria aitortzen dituen. Sistemetan oinarritutako ikuspegi horren arabera, aukera ugari dituzte alde interesdunek jarduerarik ezaren egungo joerak aldatzeko neurriak hartzeko, eta, era berean, neurri horiek elkarri eragiten diote hainbat mailatan.

Hori aplikatzeko, erantzun kolektiboa eta koordinatua behar da pertsonak bizi, lan egin eta jolasten diren ingurune guztietan, maila guztietako alde interesdun guztien aldetik, etorkizun aktiboagoa bermatzeko.

Proposamen honetan Badia Aktiboa estrategiak zerbitzu eta jarduera hauek proposatzen dizkie udal langileei:

1. Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Orientazio Zerbitzua erabiltzeko aukera

Udalerrian orientaziorako jarri den zerbitzu honen bitartez, zuzeneko kontsultei erantzungo die aditua den gure orientatzailea; betiere, eskatzailearen ezaugarrien araberrako gomendioa egingo du, eta eskualdean diren baliabide eta zerbitzuak izango ditu kontuan. Halaber, jarduera fisikorako plana herritarrek bizimodu aktiboagoa eta osasuntsuagoa izan dezaten egingo da, norberaren beharretara egokitu ondoren.

2. Lan-ordutegitik kanpo eskaintzen diren Pasaia Badia Aktiboa programako jarduera guztietan parte hartzea dohainik:

<https://www.pasaia.eus/eu/parkfit>
<https://www.pasaia.eus/eu/runningfit>
<https://www.pasaia.eus/eu/makilfit>

Interesdunek JFKOZeko Orientatzailearekin jarri behar dute harremanetan.

3. Bizikletak mailegatzeko zerbitzua.

Y en línea con el Plan de Salud de la OMS 2018-2030, todo ello requiere de un enfoque basado en sistemas reconoce la interconexión y la interacción adaptativa de las múltiples influencias sobre las oportunidades de actividad física. Este enfoque basado en sistemas muestra las numerosas oportunidades que tienen las distintas partes interesadas para adoptar medidas normativas con el fin de invertir las tendencias actuales de inactividad y la forma en que estas interactúan en múltiples niveles.

Su aplicación requiere una respuesta colectiva y coordinada en todos los entornos en los que las personas viven, trabajan y juegan por parte de todas las partes interesadas pertinentes de todos los niveles, con el fin de garantizar un futuro más activo.

En esta propuesta la estrategia Bahía Activa propone al personal municipal los siguientes servicios y actividades:

1. Acceso al Servicio de Orientación de Actividad Física y Deporte

A través de este servicio de orientación que se ha puesto en marcha en el municipio, la persona orientadora atenderá consultas directas, recomendando siempre en función de las características de la persona solicitante y teniendo en cuenta los recursos y servicios existentes en la comarca. Asimismo, realizará un plan de actividad física, para que los ciudadanos y ciudadanas tengan una vida más activa y saludable, adecuando dicho plan a las necesidades personales de cada cual.

2. Participar gratuitamente en todas las actividades del programa Bahía Activa de Pasaia que se oferten fuera del horario laboral:

<https://www.pasaia.eus/eu/parkfit>
<https://www.pasaia.eus/eu/runningfit>
<https://www.pasaia.eus/eu/makilfit>

Las personas interesadas deben ponerse en contacto con el orientador/a del SOAFD.

3. Servicio de préstamo de bicicletas.

Udal bizikleten mailegu-sistema doan erabiltzea lan-ordutegiaren barruan, lanpostu bakoitza betetzearekin lotutako beharrezko joan-etorri aktiboak egiteko. Halaber, indarrean dagoen ordenantzaren barruan aurreikusten da norberaren erabilerarako bizikleta bat izatea, baldin eta horretarako aukerarik badago, etxetik lanerako joan-etorrietarako. Kirolguneetako aldagelak eta dutexak erabiltzeko aukera.

<https://www.pasaia.eus/es/bizibadia-prestamo-bicicletas>

4. Jarduera korporatiboak

Udal langileen aktibazioa sustatzeko jarduerak, aktiboki lagunduz eta izaera sozial eta instituzional nabarmena duten erreferentziazko jarduera kolektiboetan kirola egitea sustatuz. Udalak hurrengo lasterketetan izena ematearen gastua ordainduko du, taldean parte hartzeko kasu bakoitzean ezartzen diren jarraibideen arabera:

Lilatoia eta enpresetako lasterketak. Lasterketa hauetan parte hartzeko beharrezkoak diren izen-emateak, sentsibilizazioak eta bestelako kudeaketa eta koordinazioa enpresa lizitatzailaren kargu izango dira.

5. Zure osasun emozionalerako onurak, beste baliabide interesgarri batzuk:

Emozioak osagai pertsonal oso biziak dira. Gauza guztietan bezala, emozio positiboak eta negatiboak ditugu, eta guztiek erasaten gaituzte eta bereziki gure jokamoldean eta pentsamoldean izan ditzakete eragin handiak.

Horregatik, emozioak identifikatzen, erregulatzen eta kudeatzen jakiteak lagunduko dizu bizitza aktiboa eta osasungarriagoa izan dezazun.

Emozioek eragina dute lan bat egitean hautemandako zailtasunean, hartarako konfiantza mailan; neke eta unaduran, autokonfiantzan eta, jakina, aldarlean, besteak beste.

Utilizar gratuitamente el sistema de préstamo de bicicletas municipal dentro del horario laboral para realizar los desplazamientos activos necesarios relacionados con el desempeño de cada puesto de trabajo. Asimismo, dentro de la ordenanza vigente se prevé la opción de disponer de una bicicleta de uso personal, siempre que sea posible, para los desplazamientos desde el domicilio al trabajo. Opción de utilización de los vestuarios y las duchas de los complejos deportivos.

<https://www.pasaia.eus/es/bizibadia-prestamo-bicicletas>

4. Actividades corporativas

Actividades de promoción de la activación del personal municipal, apoyando activamente y fomentando la práctica deportiva en actividades colectivas de referencia de marcado carácter social e institucional. El Ayuntamiento sufragará los gastos de inscripción en las siguientes carreras, de acuerdo con las instrucciones que en cada caso se establezcan para la participación en el grupo:

Lilación y carreras empresariales. Las inscripciones, sensibilizaciones y otras gestiones y coordinación necesarias para participar en estas carreras correrán a cargo de la empresa licitadora.

5. Beneficios para tu salud emocional, otros recursos de interés:

Las emociones son componentes personales muy vivos. Como en todo, tenemos emociones positivas y negativas que nos afectan a todos y especialmente a nuestro comportamiento y mentalidad.

Por eso, saber identificar, regular y gestionar las emociones te ayudará a llevar una vida activa y más saludable.

Las emociones influyen en la dificultad percibida al realizar un trabajo, en el grado de confianza para ello, en el cansancio y el momento, en la autoconfianza y, por supuesto, en el estado de ánimo, entre otros.

Emozioez eta haiek jarduera fisikoan duten loturaz hitz egitean, funtsezkoa da pertsonak emozioak identifikatzeko eta haiek berekin zer dakarten jakiteko gai izatea, hartara haiek energia positibo bihurtu eta bizitza aktibo eta osasungarriagoa egiteko lagungarri gerta daitezten. Infografia honekin jarraibide eta gomendio hauek partekatu nahi ditugu zuekin.

<https://www.pasaia.eus/eu/emozioen-kudeaketa>

6. Lantokietan jarduera fisikoaren eta elikaduraren bidez osasuna sustatzeko gida.

<https://www.pasaia.eus/documents/90521/14284946/6-EU.pdf>

7. Arreta berezia eta laguntza ematea lan-bizitza aktibotik erretirorako trantsizioan dauden pertsonen, arrakastaz, jarduera fisikoaren eta bizi-ohitura osasungarrien ikuspegitik.

Interesdunek JFKOZeko orientatzailearekin jarri behar dute harremanetan.

8. Programa break aktiboak.

Bulego-lanetan aritzen zaretenoi ariketa erraz batzuk proposatzen zaizkizue, lanak sorturiko nekeari eta gihar tentsioei aurre egiteko. Horietako batzuk bulegoan bertan egiteko modukoak dira, beste batzuk, berriz, areto handiagoren batean.

Donibaneko zein Trintxerpeko kirolguneak erabil ditzakezue ariketa horiek egiteko edota kirola egiteko, lagungarria izango baitzaizue bizitzarako oro har.

Baliatu atsedenaldia bulegoan bertan ariketa hauetako batzuk egiteko. Horrez gain, beste tarte batzuetan ere egin daitezke ariketak goizean zehar.

Al hablar de las emociones y de su relación con la actividad física, es fundamental que las personas sean capaces de identificar las emociones y saber qué implican, para que éstas se conviertan en energía positiva y contribuyan a una vida más activa y saludable. A través de esta infografía queremos compartir con vosotros estas pautas y recomendaciones.

<https://www.pasaia.eus/eu/emozioen-kudeaketa>

6. Guía para la promoción de la salud a través de la actividad física y la alimentación en los lugares de trabajo.

<https://www.pasaia.eus/documents/90521/14284946/6-EU.pdf>

7. Prestar especial atención y apoyo a las personas en transición de la vida laboral activa a la jubilación, con éxito, desde la perspectiva de la actividad física y los hábitos de vida saludables.

Las personas interesadas deben ponerse en contacto con la persona orientadora del SOAFD.

8. Programas breaks activos.

A quienes trabajáis en las oficinas se os proponen sencillos ejercicios para hacer frente a la fatiga y las tensiones musculares generadas por el trabajo. Algunos pueden realizarse en la propia oficina y otros en alguna estancia de mayor tamaño.

Podéis utilizar los complejos deportivos tanto de Donibane como de Trintxerpe para hacer dichos ejercicios o practicar deporte, lo cual os resultará beneficioso para vuestra vida en general.

Utilizar las pausas para realizar algunos de estos ejercicios en la propia oficina. Además, se pueden realizar ejercicios durante la mañana en otros momentos.

Acércate al complejo deportivo para practicar ejercicios más específicos: podrás utilizarlos

Gerturatu kirolgunera ariketa sorta bereziagoak egitera: laneko atsedendian 15 minutuz doan erabiltzeko aukera izango duzu. Kirolgunean dauden langileek lagunduko dizute errutina egokia egiten.

Aurretik, jarri harremanetan JFKOZeko orientatzailearekin.

9. PBAfitdata galdetgia erabiliz, udal langileen artean bizitza ohituren galdetgia pasa eta bertan lantzen diren adierazleei kasu eginez, plantilaren argazki finko bat eduki.

E2.-Kulturaktiboa:

Orientatzailea ekimen honetan laguntzeko moduan izango da, eta baita tailerren bat antolatzeko ere, beharrezkoa izanez gero.

E3.-Ekitatea, inklusioa eta genero ikuspegia.

Esparru honen barruan garatzen diren programa guztietan zeharkako lanen barruan landuko da ekitatea, inklusioa eta genero ikuspegia.

E4.-Bizikletaren erabilera sustatzea: BIZIBADIA udalaren mailegu sistema eta BIZIbira egitasmoa

-Orientatzaileak udalerriko bizikleta-maileguen zerbitzu hau sustatuko du.

-Hilean behin bizikleta-irteerak dinamizatuko ditu, adosten den ordutegian. Gutxienez ordubeteko iraupena izango dute. Ibilbideak prestatuko ditu, eta aukerak eskainiko ditu eguraldi txarragatik irteera egin ezin denerako.

-Antolatzen diren bizikleta ikastaroetan parte-hartuko du, laguntza teknikoa eskainiz.

-Gainera, bizikleta maileguko bizikleta elektriko bat izango du bere esku laneko joan-etorrietan erabili ahal izateko.

-BIZIbira egitasmoa:

durante 15 minutos en las pausas laborales de forma gratuita. El personal del complejo deportivo te ayudará a realizar una rutina adecuada.

Ponte en contacto previamente con la persona orientadora del SOAFD.

9. Utilizando el cuestionario PBAfitdata, pasar el cuestionario de hábitos de vida al personal municipal, para poder tener una foto fija de la plantilla, siguiendo los indicadores del mismo.

E2.-Kulturaktiboa:

El orientador u orientadora colaborará con esta iniciativa y organizará algún taller si fuera necesario.

E3.-Equidad, inclusión y perspectiva de género.

En todos los programas que se desarrollen dentro de este marco se trabajarán de forma transversal la equidad, la inclusión y la perspectiva de género.

E4.- Fomento del uso de la bicicleta, sistema de préstamo municipal BIZIBADIA y proyecto BIZIbira

-El orientador u orientadora promoverá este servicio de préstamo de bicicletas del municipio.

-Dinamizará salidas en bicicleta una vez al mes en el horario que se acuerde. Tendrán una duración mínima de una hora. Preparará itinerarios y ofrecerá alternativas para los casos en los que por mal tiempo no se pueda realizar la salida.

-Participará en los cursos de bicicleta que se organicen, ofreciendo apoyo técnico.

-Además, tendrá a su disposición una bicicleta eléctrica del servicio de préstamo de bicicletas para su uso en los desplazamientos laborales.

-Proyecto BIZIbira:

El Departamento de Actividad Física y

Pasaia Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Sailak urteak daramatza mugikortasun jasangarria eta bizitza sozial aktibo eta osasungarriagoarekiko lotura lantzen.

Pasaia Badia Aktiboa estrategia eta huraosatzen duten programa guztiak Pasaia biztanleen artean bizitza aktiboagoa eta osasungarriagoa sustatzeko bideratuta daude.

Bizikleta erabiltzeak eta hiriko garraiobide iraunkor gisa bultzatzeak, eta, aldi berean, haren erabileraren inguruan hainbat gizarte-proiektu garatu ahal izateak, hala nola bizikletan ibiltzen ikasteko ikastaroak, udalaren bizikleta mailegu-sistema (BIZIbadia) edo Bir-Ziklatu, aukera ematen dute Trintxerpe Atletiko Kluba tokiko elkartearekin lankidetzat estua ezartzeko, proiektu horiek sustatzeko eta dinamizatzeko.

Bizikletaren inguruko gizarte-proiektuak garatzeari dagokionez, zerbitzu bat ezarri nahi dugu mugitzeko zailtasunak dituzten pertsonen zuzendua: adinekoentzako egoitzetan bizi direnei, mendekotasunen bat duten eta beren etxean bizi direnei, Etxean Bizi proiektuarekin edo beste udal baliabide batzuekin lotura dutenei, eta mugikortasun arazoak dauzkaten gainerako pertsonen, edozein adin dutela ere.

Helburua zera da: horrelako ibilgailuekin udalerrir irisgarri baten parte sentiaraztea, udalerrian barrena ibili ahal izatea, eta mugikortasun-mugak direla eta iritsi ezin diren lekuak berriz ikusi ahal izatea. Ekimenaren izena: "Badian Bizi-bira!"

Programa hori 2012an sortu zen Danimarkan, "Cycling without age", eta 51 herrialdetan eta 2.500 hiritan dago martxan, 3.500 triziklo eta 35.000 gidari ingururekin, eta 1,9 milioi adinekok baino gehiagok jaso dute programaren onura.

Elkarteko boluntarioek gidatzen dituzte trizikloak, eta horretarako, aldeztu aurretik prestakuntza jasotzen dute. Trizikloetan mugak dauzkaten pertsonak garraiatzen dituzte eskualdean programatutako bisitetan. Pertsona horien bizi-kalitatea hobetzeaz gain,

Deporte de Pasaia lleva años trabajando en la movilidad sostenible y en la vinculación con una vida social más activa y saludable.

La estrategia Pasaia Bahía Activa y todos sus programas están orientados a promover una vida más activa y saludable entre la población de Pasaia.

El uso de la bicicleta y su impulso como medio de transporte urbano sostenible, así como la posibilidad de desarrollar diversos proyectos sociales en torno a su uso, como los cursos para aprender a andar en bicicleta, el sistema municipal de préstamo de bicicletas (BIZIbadia) o Bir-Ziklatu, permiten establecer una estrecha colaboración con la asociación local Trintxerpe Atletiko Kluba para la promoción y dinamización de estos proyectos.

En cuanto al desarrollo de proyectos sociales en torno a la bicicleta, queremos establecer un servicio dirigido a personas con dificultades de movilidad: personas que viven en residencias para personas mayores, personas dependientes que viven en su propio domicilio, personas vinculadas al proyecto Etxean Bizi u otros recursos municipales y demás personas con problemas de movilidad, independientemente de su edad.

El objetivo es que con este tipo de vehículos se sientan parte de un municipio accesible, que puedan circular por el municipio y que puedan volver a ver los lugares a los que no pueden acceder debido a sus limitaciones de movilidad. Nombre de la iniciativa: "Badian Bizi-bira!"

Más de 1,9 millones de personas mayores han sido beneficiarios de este programa, creado en 2012 en Dinamarca "Cycling without age", que está en marcha en 51 países y 2.500 ciudades, con cerca de 3.500 triciclos y 35.000 conductores.

Los triciclos son dirigidos por voluntarios/as de la asociación, para lo cual reciben una formación previa. Transportan personas con limitaciones en los triciclos durante visitas programadas en la comarca. Además de mejorar la calidad de vida de esas personas, la iniciativa pretende crear lazos entre las

ekimenak belaunaldien arteko lotura sortu nahi du trizikloak gidatzen dituztenekin.

Triziklo elektrikoak erabiltzen dira, pedalei eragiteko laguntza dutenak eta bi bidaia-irrentzako edukiera dutenak (gehi gidaria). Paseoek ordubete eta ordu eta erdi bitartean irauten dute, ibilbide seguruetatik ibiltzen dira, eta gutxi gorabehera orduko 10 kilometroko abiaduran zirkulatzen dute.

Proiektu honen bidez, boluntarioen sare bat sortu nahi dugu, jarduera fisikorako eta kirolerako orientatzailearekin eta lehen aipatutako herriko elkartearekin (Trintxerpe Atletiko Kluba) koordinatuta. Hasiera batean, hilean hainbat irteera egin nahi ditugu, eta etorkizunean zabaltzeko aukera aztertu.

Udaleko Gizarte Zerbitzuen laguntzarekin, antzeko esku-hartzeak egin dira Etxean-bizi proiektuaren barruan, eguneko zentroetan edo zahar-etxeetan.

Uste dugu interes handiko proiektua dela, kontuan hartuta 16.000 biztanle inguruko herri batez ari garela (65 urtetik gorakoen eta mugikortasunari dagokionez bestelako mugak dituzten beste pertsona batzuen ehuneko handia duena).

Gure inguruko udalerrietako antzeko hainbat proiektutan lortutako arrakasta ikusita, kontsultak egin ditugu trizikloak eskuratzeko, eta horiek erabiltzeko ikastaroak egin ditugu Donostiako Bizikletaz Adinik Ez enpresaren laguntzarekin.

Gure helburua da desgaituentzako zentroei (Garaguneri, esaterako) eta Osakidetzari ere zerbitzua ematea, eta Gurutze Gorriarekin eta DYArekin lankidetzan aritzea, eta, era berean, proiektu honen helburuak garatu eta partekatu ahal izateko udalaz gaindiko beste ekintza posible batzuk egitea.

Lizitatzailerak estrategia hori garatzeko proposatutako pertsonak proiektua definituko dute, proposamena JFK Sailari egingo diote eta, oniritzia lortu ondoren, honako hauek koordinatuko dituzte: testuingurua, zerbitzuaren erabiltzaile potentzialak, koordinatzailea, agente lagunak,

diferentes generaciones y las personas que dirigen los triciclos.

Se utilizan triciclos eléctricos de pedaleo asistido y con capacidad para dos pasajeros (más conductor). Los paseos duran entre una hora y una hora y media, circulan por itinerarios seguros y circulan a una velocidad aproximada de 10 kilómetros por hora.

Con este proyecto pretendemos crear una red de voluntarios y voluntarias, en coordinación con el orientador u orientadora para la actividad física y el deporte y con la asociación local antes citada (Club Atlético Trintxerpe). En principio, queremos hacer varias salidas al mes y estudiar la posibilidad de ampliarlas en el futuro.

Con la colaboración de los Servicios Sociales del Ayuntamiento se han llevado a cabo intervenciones similares dentro del proyecto Etxean-bizi, en centros de día o en las residencias de ancianos.

Creemos que es un proyecto de gran interés, teniendo en cuenta que estamos hablando de una población de unos 16.000 habitantes (con un alto porcentaje de mayores de 65 años y otras personas con otras limitaciones en movilidad).

A la vista del éxito obtenido en proyectos similares de municipios de nuestro entorno, se han realizado consultas para la obtención de triciclos y se han realizado cursos para su utilización en colaboración con la empresa Donostiako Bizikleta Adinik Ez.

Nuestro objetivo es prestar servicio también a centros de personas con discapacidad, como Garagune, y a Osakidetza, y colaborar con Cruz Roja y DYA, así como realizar otras posibles acciones supramunicipales que permitan desarrollar y compartir los objetivos de este proyecto.

Las personas propuestas por el licitador para el desarrollo de esta estrategia definirán el proyecto, harán la propuesta al Departamento de AFD y una vez obtenido el vb coordinarán lo siguiente: contexto, personas usuarias potenciales del servicio, la figura coordinadora, los agentes amigos, las personas voluntarias, la formación equipo

boluntarioak, koordinazio-taldearen prestakuntza, boluntarioen profila eta protokoloak, boluntarioen poltsa, erreferentzia-zentroak, hileko egutegia (egunak eta orduak itxita), barrutietako eskaintza, eguraldi txarra egiten duenerako b plana, ibilbide posibleak, trizikloaren asegurua eta gidarien asegurua, kontingentzia-planak eta beharrezkotzat jotzen diren beste alderdi batzuk.

E5.-Parke bio-osasungarriak eta kalestenia:

Udalerriko parke bio-osasungarriak dinamizatuko ditu, eta, beharrezkoa izanez gero, eskualdeko beste udalerri batzuetako baliabideak erabiliko ditu, erabiltzaileei zerbitzu hobea ematearren. Astean ordubete eskainiko dio zuzeneko esku-hartze honi.

Ekipamendu bio-osasungarrien egoera berrikusiko du eta horren berri emango du, eta horiek hobetzeko ekarpenak egingo ditu.

Bestelako ikastaroak: antolatzen diren bestelako ikastaroetan laguntza teknikoa ere eskainiko du.

E6.-Ikerketarako aukerako lerroak:

Enpresa lizitatzailerak PBaren estrategiarako interesgarriak diren ikerketa-ildoak gauzatuko ditu udalerrian, dauzkan giza baliabideekin eta baliabide materialekin, JFKSren ardurapean.

E7.-Populazio orokorrari zuzendutako oinarritzko trebetasunei buruzko prestakuntza. Kasuan kasu beharra justifikatuta badago eta lizitazioak barne hartzen dituen giza baliabideek eta baliabide materialek horretarako aukera ematen badute, igeriketan eta bizikletan ikasteko oinarritzko ikastaroak antolatuko dira.

E8.- Kirol elkarteentzako aholkularitza zerbitzua. Lan lerro hau irekita mantenduko da lizitazioan zehar JFK Saitetik Pasaia kirol elkarteekin elkarlanean beharrezkoak diren ekintzei aurre egiteko (izapideak, formazioak, laguntza eta bide-laguntza teknikoak, etab...)

coordinación, el perfil de voluntarios y los protocolos, la bolsa voluntarios, los centros de referencia, el calendario mensual (días y horas cerradas), la oferta en los diferentes distritos, el plan b para las inclemencias del tiempo, los posibles itinerarios, las necesidades de seguros del triciclo y los seguros conductores, los planes de contingencia y otros aspectos que se consideren necesarios.

E5.-Parques biosaludables y calestenia:

Dinamizará los parques biosaludables del municipio y, en caso necesario, utilizará los recursos de otros municipios de la comarca para dar un mejor servicio a las personas usuarias. Dedicará una hora semanal a esta intervención directa.

Revisará e informará sobre el estado de los equipamientos biosaludables y realizará aportaciones para su mejora.

Otros cursos: ofrecerá apoyo técnico en otros cursos que se organicen.

E6.- Líneas alternativas de investigación: La empresa licitadora llevará a cabo las líneas de investigación de interés para la estrategia de la PBA en el municipio con los recursos humanos y materiales disponibles bajo la responsabilidad del DAFD.

E7.- Formación en habilidades básicas orientadas a la población en general.

Siempre que la necesidad esté justificada en cada caso y los recursos humanos y materiales incluidos en la licitación lo permitan, se organizarán cursos básicos de natación y bicicleta.

E8.- Servicio de asesoramiento a clubes deportivos. Esta línea de trabajo se mantendrá abierta durante la licitación, para poder hacer frente desde el DAFD a las acciones necesarias (trámites, formaciones, ayudas y asistencias técnicas, etc.) en colaboración con los clubes deportivos de Pasaia.

E9.- PROGRAMAS CENTRADOS EN PATOLOGÍAS ESPECIALES. MODELOS:

**E9.-PATOLOGIA BEREZIETAN
ZENTRATUTAKO PROGRAMAK. EREDUAK:**

<https://diariosanitario.com/diabetes-ejercicio-fisico>

<https://cancerintegral.com/ejercicio-fisico-contras-el-cancer-i-ayuda-metabolica-endocrina-e-inmunitaria/?s=03>

<https://mugiment.euskadi.eus/albistea/2023/garuneko-ariketa-tailerra-atxabaltamugi-ren-eskutik/webmug00-content/eu/?s=03>

Zerrenda hau ez da itxia, eta herritarrak aktibatzeo helburuak betetzen dituzten bestelako lan-ildoak ere sar litezke.

BESTE OHAR OROKOR BATZUK:

-Elikadura osasungarriari buruzko zerbitzua emango du, eta zerbitzu hori zuzenean edo zeharka eskainiko da nutrizionista-dietista titulatu bidez.

-Osasun emozionalari buruzko zerbitzua emango du, eta zerbitzu hori zuzenean edo zeharka eskainiko da psikologo titulatu bidez.

Horretarako, kontratu honen barne dauden 3.500 euro (+BEZ) erabiliko dira urtean, eta langile kualifikatu bidez emango da zerbitzua.

Enpresa esleipendunak denboraldi bukaera baino lehen (ekainak 15) gastu hau zuriu beharko du, eta diru-kopuru osoa erabili ez bada, gastatu gabeko kreditua ekaineko fakturan doitu da.

Udalerriko kirol instalazioak erabiltzeko hilaeteko bonua erosteko aukera eskainiko da, arazo ekonomikoak direla-eta lehen bultzada hori behar dutenentzat, edo lehen estimulu izan daitekeelako bestelako pertsona sedentarioentzat. Kontratu honetatik 1.500 euro (+BEZ) erabiliko dira horretarako gehienez. Enpresa esleipendunak denboraldi bukaera baino lehen (ekainak 15) gastu hori zuriu beharko du, eta diru-kopuru osoa erabili ez bada, gastatu gabeko kreditua ekaineko fakturan doitu da.

<https://diariosanitario.com/diabetes-ejercicio-fisico>

<https://cancerintegral.com/ejercicio-fisico-contras-el-cancer-i-ayuda-metabolica-endocrina-e-inmunitaria/?s=03>

<https://mugiment.euskadi.eus/albistea/2023/garuneko-ariketa-tailerra-atxabaltamugi-ren-eskutik/webmug00-content/eu/?s=03>

Este listado no es cerrado y podrían incluirse otras líneas de trabajo que cumplan con los objetivos de activación ciudadana.

OTRAS CONSIDERACIONES GENERALES:

-Ofrecerá un servicio de alimentación saludable, que se prestará de forma directa o indirecta a través de nutricionistas-dietistas titulados.

-Ofrecerá un servicio de salud emocional y este servicio se prestará directa o indirectamente a través de psicólogos titulados.

A tal fin se destinará la cantidad de 3.500 euros (+IVA) anuales incluidos en el presente contrato y la prestación del servicio se realizará por personal cualificado.

La empresa adjudicataria deberá justificar este gasto antes del final de la temporada (15 de junio), y si no se ha utilizado la cantidad total, el crédito no gastado se ajustará en la factura de junio.

Se ofrecerá la posibilidad de adquirir un bono de un mes para el uso de las instalaciones deportivas del municipio, para aquellas personas que por problemas económicos así lo requieran, o bien porque pueda ser un primer estímulo para otras personas sedentarias. El importe máximo de este contrato destinado a ese fin es de 1.500 euros (+IVA). La empresa adjudicataria deberá justificar este gasto antes del final de la temporada (15 de junio), y si no se ha utilizado la cantidad total, el crédito no gastado se ajustará en la factura de junio.

Programaren irudia. Programaren logoa eta izena Udalak erabakiko ditu, eta enpresa esleipendunak ez du zerbitzu hau emango bere logo partikularrekin.

Udala arduratuko da programa aurrera eramateko behar diren komunikazio-euskarri eta material guztien diseinuaz eta ekoizpenaz, eta xede-herritarrei eskaintzaren berri emateaz.

Programa hau koordinatzen duen pertsonak Udalak emandako arropa erabiliko du.

Programa ez da itxia, estrategia bizia da, eta herritarren beharrei egokitu zaitzaie une bakoitzean. Beraz, Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Siletik eskatzen zaizkien bestelako eginkizunek lan egiteko modua egokitzeko beharra ekar dezakete, betiere kontratu honen esparru orokorraren barruan.

Denboraldia bukatu ondoren, Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Sailean aurkeztuko dira programaren txostena eta memoria. Eskatzen zaion guztietan beharrezko informazioa emango du, hainbat motatako dirulaguntzak eskatu eta izapidetzeko.

Astero ordubeteko koordinazio bilera egingo du Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Sailarekin.

Eskatzen zaionean, Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Sailari laguntza teknikoa emango dio, deskribatutako arlo horietan.

Esleipendunak programa hauek aurrera eramateko erositako baliabide materialak Pasaia Udalaren esku jarriko ditu kontratua amaitzean.

4.- LANEKO ORDUTEGIA ETA LEKUA

A. ADINGABEKOAK:

-Kirol-hezi y eta multikiroleko programa:

Ordutegia hau izango da:

Imagen del programa. El logo y la denominación del programa los decidirá el Ayuntamiento y la empresa adjudicataria no prestará este servicio con su logo particular.

El Ayuntamiento se encargará del diseño y producción de todos los soportes de comunicación y materiales necesarios para llevar a cabo el programa, así como de dar a conocer la oferta a la población destinataria.

La persona coordinadora de este programa utilizará la ropa proporcionada por el Ayuntamiento.

El programa no es cerrado, es una estrategia viva que se adaptará en cada momento a las necesidades de la ciudadanía. Por tanto, cualquier otra función que se le encomiende desde el Departamento de Actividad Física y Deporte, dentro del marco general del presente contrato, puede requerir la adaptación de la forma de trabajo.

Una vez finalizada la temporada, se presentarán un informe y una memoria del programa en el Departamento de Actividad Física y Deporte. Facilitar cuanta información le sea requerida en el ejercicio de sus funciones de solicitud y tramitación de ayudas de diversa índole.

Mantendrá una reunión semanal de coordinación de una hora con el Departamento de Actividad Física y Deporte.

Prestará apoyo técnico al Departamento de Actividad Física y Deporte cuando le sea requerido, en los ámbitos descritos.

El adjudicatario pondrá a disposición del Ayuntamiento de Pasaia a la finalización del contrato los medios materiales adquiridos para llevar a cabo estos programas.

4.- HORARIO Y LUGAR DE TRABAJO

A. MENORES:

-Programa Kirol-hezi y multideporte:

El horario será:

De lunes a viernes de 16:00 a 18:00 horas.

Astelehenetik ostiralera 16:00etatik 18:00etara. Asteroko bilera astearteetan 15:00etatik aurrera. Eskualdeko koordinazio-lana gune komun batean egingo du, eta udalerriko lana, berriz, ikastetxeetan edo kirolguneetan. Halaber, Galtzarabordako kiroldegiko bilera-gela erabiliko da, astearteko koordinazio-bileretarako.

-Larunbat goizetan, lehiaketen beharren arabera, 4 ordu.

Guztira, astean 15 ordu izango dira, eskola kiroleko denboraldiaren egutegiko aste guztietan. Hasiera batean, irailaren 15etik ekainaren 15era bitartekoa izango da denboraldia.

-PKB, Pasaia Kirol Badia kluba:

Talde bakoitzarekin aritzeko astean 3 ordu esleitu dira. Gainera, astean gutxienez 2 ordu eskainiko zaizkio talde bakoitzaren koordinazioari.

Krasfit, PBAfitdata eta eskoletako JFKOZ zerbitzuetarako beharrezkoak dituzten orduak esleitu dira.

Pertsona bera izango da adin tarte horretan arituko den profesionala, alegia, erreferente bakarra adingabekoentzat.

Pertsona honen %100eko lan saiotik soberan dagoena hurrengo ataletako lanekin osatuko da.

B- HELDUAK, C. EMAKUME AKTIBOAK, D. ADINEKO POPULAZIOA ETA E. ZEHARKAKO PROGRAMA AKTIBOAK

Bi lanaldi osoetako gainerako orduak atal horiei eskainiko zaizkie proportzioan irailaren 1etik ekainaren 30a bitarte.

Beti ere, oporraldietarako erreferentziako lan-egutegia Pasaia Kirol Badia ikastetxeetako eskola-egutegia izango da.

6.- LANGILEAK

Enpresak jarriko dituen 2 langile

Reunión semanal los martes a partir de las 15:00. Coordinará la comarca en un espacio común y el municipio en centros escolares o deportivos. Asimismo, se utilizará la sala de reuniones del polideportivo de Galtzaraborda para las reuniones de coordinación del martes.

-Los sábados por la mañana, en función de las necesidades de las competiciones, 4 horas.

En total serán 15 horas semanales todas las semanas del calendario de la temporada de deporte escolar. En principio, el periodo será del 15 de septiembre al 15 de junio.

-Club PKB Pasaia Kirol Badia.

Se asignarán 3 horas semanales a cada grupo. Además, se dedicarán al menos 2 horas semanales a la coordinación de cada grupo.

Se asignarán las horas necesarias para los servicios de Krasfit, PBAfitdata y SOAFD escolares.

El/ka profesional que se dedique a esta franja de edad será la misma persona, es decir, un/a único/a referente para los/las menores.

Lo sobrante de la jornada del 100% de esta persona se complementará con los trabajos de las siguientes secciones.

B- ADULTOS/AS, C. MUJERES ACTIVAS, D. POBLACIÓN MAYOR Y E. PROGRAMAS ACTIVOS INDIRECTOS

El resto de horas de las dos jornadas completas se ofrecerán proporcionalmente a estas secciones entre el 1 de septiembre y el 30 de junio.

En todo caso, el calendario laboral de referencia para el periodo vacacional será el calendario escolar de los centros de Pasaia.

6.- PERSONAL

Las 2 personas trabajadoras que aportará la empresa serán Graduados en Ciencias de la

espezializatuak Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietan graduatuak izango dira (edo horren baliokidea den tituluren bat izango dute), eta % 100eko lanaldia izango dute irailaren 1etik ekainaren 30era bitarte.

Langile-gasturako, Gipuzkoako Titulartasun Publikoko Kirol Instalazioen hitzarmen aplikagarriaren 3. maila hartu da kontuan.

Orientazio lanetan aritzeko berezko formazio ikastaroa derrigorrezkoa izango da.

Koordinazioa: astero bilera egingo dute JFK Saileko teknikariarekin, astelehenetan, eta gutxienez 2 orduko iraupen izango dute bilera horiek.

Web eta egutegiak. Enpresa lizitatzailerak PBArekin zerikusia duten egutegien eguneraketa egingo du uneoro webean.

Emaila. aktibatu@pasaia.net helbidea erabili eta kudeatuko du.

Prestakuntza osagarriak: etengabe jarraituko dute prestatzen langile horiek, ebidentzia zientifikoan egunean egoteko edota bestelako tendentzia eta inplementazioetan adituak izateko. JFK Saitetik egokiak eta beharrezkoak diren formazioekin bat egingo dute, betiere lan-eginkizunekin zer ikusia badute.

Horrez gain, PKB (Pasiako Kirol Badia) programarako behar diren teknikariek gutxienez honako titulazioa izango dute: TSEAS, TAFAD edo TSAF.

Euskara:

1. Hizkuntza gaitasuna.

➤ Euskadiko Toki Erakundeei buruzko apirilaren 7ko 2/2016 Legearen 7.8 artikuluan ezarritakoarekin bat etorrira, Euskadiko toki-entitateek eta Euskadiko tokiko sektore publikoa osatzen duten gainerako entitateek egiten dituzten kontratuetan kasu bakoitzean beharrezkoak diren klausulak sartuko dira, batetik, herritarrei bermatzeko toki-erakundeei exijitzen zaizkien hizkuntza-baldintza berberetan jaso ahal izatea kontratu bidezko jarduerak edo zerbitzuak eta, bestetik, euskararen eta gaztelaniaren

Actividad Física y del Deporte (o titulación equivalente) con una jornada del 100% entre el 1 de septiembre y el 30 de junio.

Para el gasto de personal se ha tenido en cuenta el nivel 3 convenio de Instalaciones Deportivas de Titularidad Pública de Gipuzkoa aplicable.

Para el trabajo de orientador, será obligatorio realizar un curso formación específico.

Coordinación: las reuniones semanales serán los lunes con el personal técnico del DAFD, con una duración mínima de 2 horas.

Web y calendarios. La empresa licitadora actualizará continuamente en la web los calendarios relacionados con el programa PBA.

Email. Utilizará y gestionará el correo aktibatu@pasaia.net

Formaciones complementarias: el personal seguirá formándose de forma continua, para estar al día en la evidencia científica o ser expertos en otras tendencias e implementaciones. Desde el DAFD se apoyarán las formaciones adecuadas y necesarias, siempre que estén relacionadas con las tareas de trabajo.

Además, el personal técnico necesario para el programa PKB (Bahía Deportiva de Pasia) deberá poseer, al menos, la siguiente titulación: TSEAS, TAFAD o TSAF.

Euskera:

1. Competencia lingüística.

➤ De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 7.8 de la Ley 2/2016, de 7 de abril, de Instituciones Locales de Euskadi, los contratos administrativos suscritos por las entidades locales y demás entidades que conforman el sector público local de Euskadi incluirán las cláusulas que sean precisas para garantizar a los ciudadanos y ciudadanas el derecho a recibir las actividades o los servicios en los que medie un contrato, en condiciones lingüísticas equivalentes a las que sean exigibles a aquellas, así como el cumplimiento de la

hizkuntza-ofizialtasunaren erregulazioa betetzeko. Hori horrela, Pasaia Badiako Aktiboaren enpresako enplegatuek Pasaia Udalarekin eta hirugarrenekin harremana duten neurrian, Udalak berak bete behar dituen baldintza berak bermatu beharko dituzte, hizkuntza gaitasunei dagokienez. Horregatik, Euskararen Erabilera Normalizatzeko Udal Ordenantzan xedatutakoarekin bat, administrazioarekin eta herritarrekin harremana dutenez, Pasaia Badiako Aktiboaren zerbitzuko enplegatuek honako euskara maila hau izango dute:

- Hizkuntzen Europako Erreferentzia Markoari egokitutako C1 gaitasun mailaren pareko maila egiaztatu beharko dute ahoz nahiz idatziz (3. hizkuntza eskakizuna edo baliokidea).

➤ Kontratua esleitu aurretik egiaztatu beharko du enpresak zerbitzua emango duten pertsonen badutela eskatutako hizkuntza gaitasuna.

➤ Era berean, enpresa kontratatu eta geroago zerbitzua emango duen pertsona berririk sartuko balitz, horiek ere eskatutako hizkuntza gaitasuna egiaztatu beharko dute.

➤ Hizkuntza gaitasuna egiaztatzeko honako bi bide hauek erabili ahal izango dira: 1. Zerbitzua eman behar duten pertsonen eskatutako hizkuntza gaitasuna badutela ziurtatzen duen agiria aurkeztuko dute; edo 2. Agiririk ezean, Administrazioak erabakitako proba egingo dute. Elkarriketa egingo zaie, eta idatzizko proba egiteko ere eska dakieke beharrezkoa den kasuetan. Proba horren emaitzak ez du ondorioz izango kontratu honen zerbitzutik kanpoko esparruetan.

Haur eta Nerabeak. Eskubidean Plana.

Udalarentzat eta Pasaia udalerriarentzat lehenasunezko erronka da herriko haur eta nerabeen eskubide guztiak bermatzea, baita haur eta nerabe horiek herria hobetzeko politika publikoetan parte hartzea ere. Udalean haurren eta nerabeen parte-hartze

regulación de la doble oficialidad lingüística del euskera y del castellano. De este modo, las personas empleadas por la empresa Bahía Activa de Pasaia deben garantizar, en lo que a sus competencias lingüísticas se refiere, unas condiciones similares a las que de hecho se exijan al Ayuntamiento de Pasaia. Por ello, cumpliendo con lo dispuesto en la Ordenanza Municipal para la Normalización del Uso del Euskera, las personas del servicio Bahía Activa de Pasaia que tengan relación con la administración y la ciudadanía acreditarán el siguiente nivel de euskera:

- Deberán acreditar tanto oralmente como por escrito el nivel de competencia equivalente al C1 (Perfil lingüístico 3 o equivalente) del Marco Común Europeo de Referencia para las lenguas.

➤ Previa adjudicación del contrato, la empresa deberá verificar que las personas encargadas de prestar el servicio poseen la competencia lingüística precisa.

➤ Asimismo, en caso de que, una vez iniciado el contrato, la empresa designe a otra persona para sustituir a dichos/as profesionales, la persona designada deberá acreditar la competencia lingüística requerida.

➤ La acreditación de la competencia lingüística se llevará a cabo de dos maneras: 1. Las personas que vayan a prestar el servicio presentarán un documento acreditativo de la competencia lingüística requerida; o 2. A falta de documentación, realizarán la prueba que determine la Administración. Participando en la prueba que realice el Ayuntamiento. Se realizará una entrevista e incluso podrán ser requeridos para la realización de una prueba escrita en los casos en que sea necesario. El resultado de esta prueba no tendrá consecuencias en ámbitos ajenos al servicio del presente contrato.

Infancia y Adolescencia. PlanEskubidean.

Tanto para el Ayuntamiento como para el municipio de Pasaia es un reto prioritario garantizar todos los derechos los/las niños/as y adolescentes del municipio, así como su participación en las políticas públicas de mejora del municipio. Estamos trabajando para que el derecho a la participación de los niños, niñas y adolescentes en el

eskubidea errealitate eta praktika iraunkor bihurtzeko lanean ari gara. Eta ildo beretik, haur eta nerabeen eskubideak eta parte-hartzea bermatzea udalaren helburuetako bat denez, hark esleitzen dituen zerbitzuak betebeharrak izango ditu, parte-hartze sistemari dagokionez.

Kontratatzeko diren langileek adingabekoak babesteko udal protokoloa beteko dute, sexu-delituei buruzko ziurtagiria aurkeztuko dute, eta sailen arteko mahaiak udalerriko haur eta nerabeen tratua onartu eta sustatzeko Eskubidean planaren barruan deitzen dituen bilera, prestakuntza eta guneetara agertuko dira.

Zerbitzuak parte-hartze sistemaren berri izateaz gain, sistema horretan parte hartu beharko du.

Nola? Dinamizazio-jarduerak, koordinazio gune eta zuzeneko lan-saioetara bertaratuta, eta partaidea aktibo izanda.

Zehazki, zeregin hauek hartuko ditu bere gain:

Haur eta nerabeen behar eta interesak ugariak eta askotarikoak direnez, arlo eta eragile guztiekin batera egin beharko du lan, horiei erantzutearren.

Lantaldeak (hezitzaileak, begiraleak, dinamizatzaileak) haur, nerabe eta gazteen ardura duten beste heldu eta profesional batzuekin osatutako koordinazio guneetan parte hartuko du.

Zerbitzuko langileei planaren eta sistemaren berri emango die, eta haiek planari jarraipena egin beharko diote.

Haur, nerabe eta gazteen parte-hartze erreal eta aktiboa sustatuko dute haien zerbitzu edo programan.

Urtean gutxienez 10 ordu eskainiko zaizkie gai hauei.

Memoria. Estrategia osoko ikasturteko memoria ekainaren 20rako aurkeztuko du eta

Ayuntamiento se convierta en una realidad y en una práctica permanente. En ese sentido, dado que uno de los objetivos del Ayuntamiento es garantizar los derechos y la participación de los/las niños/as y adolescentes, los servicios que se adjudiquen por aquel tendrán obligaciones con respecto al sistema de participación.

El personal contratado deberá cumplir el protocolo municipal de protección a menores, presentará el certificado relativo a los delitos sexuales y acudirá a las reuniones, formaciones y foros que la mesa interdepartamental convoque en el marco del Plan para la promoción del buen trato a la infancia y la adolescencia en el municipio.

El servicio deberá conocer y participar en el sistema de participación.

¿Cómo? Acudiendo a las actividades de dinamización, foros de coordinación y sesiones de trabajo en directo, y participando activamente.

En concreto, asumirá las siguientes funciones:

Dada la pluralidad y diversidad de las necesidades e intereses de los/las niños/as y adolescentes, deberá trabajar en colaboración con todos los ámbitos y agentes, a fin de dar respuesta a los mismos.

El grupo de trabajo (educadores/as, monitores/as, dinamizadores/as) participará en los foros de coordinación formados con otras personas adultas y profesionales.

Informará al personal del servicio sobre el plan y del sistema, quien deberá realizar el seguimiento del plan.

Fomentarán la participación real y activa de niños/as, adolescentes y jóvenes en sus servicios o programa.

Se dedicarán un mínimo de 10 horas anuales a estos temas.

Memoria. Presentará la memoria del curso de toda la estrategia para el 20 de junio y se tendrán en cuenta los criterios e indicadores

JFK Siletik zehazten diren irizpideak eta adierazleak kontuan hartuko dira. Edozein kasutan, Udalak beste erakundeen aurrean memoriaren bat edo programazioaren bat aurkeztu behar badu, langile hauen laguntza edukiko du, beharrezkoak diren izapideei aurre egiteko.

Komunikazio-kanalak/dibulgazioa. Udalak hartuko ditu bere gain baliabide material guztien gastuak. Dena den, langileek astero komunikazio ekintzak prestatu eta weberrako, sare sozialetarako edota bestelako hedabideetarako komunikazio pilula laburrak: testu motza gehi argazki galeria.

Kontratu honen xede diren zerbitzuak egoki egikaritzearren, enpresa esleipendunak ordezkari bat izendatu beharko du.

7.- BALDINTZA EKONOMIKOAK

Zerbitzu hori emateagatik urteko 82.297,55 euro ordainduko dira (BEZ barne). Lizitatzailerekin euren eskaintzetan prezio hori hobetzeko aukera dute.

Kontratu honen xede diren zerbitzuak ordainduko dira, Pasaia Udaleko Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Saileko zerbitzu teknikoek lana ondo gauzatu dela ziurtatzean, eta aurrez faktura aurkeztuta. Ordainketa hori 12 zatitan egingo da.

8.- ESLEIPENDUNAREN BERARIAZKO BETEBEHARRAK

Zerbitzuaren esleipendunak erantzukizun zibileko aseguru-poliza bat sinatu beharko du, zerbitzuaren garapenean izan daitezkeen hirugarrenen erreklamazioei erantzuteko.

Aurretik aipatutako guztiaz gain, honako hauek izan behar ditu: telefono-linea bat, telefono mugikorra, material informatikoa, eta zerbitzua emateko bestelako baliabideak.

9.- UDALAREN BERARIAZKO BETEBEHARRAK:

Lehen zehaztutako betebeharrak guztiak hartuko ditu bere gain.

que se definan desde el DAFD. En cualquier caso, si el Ayuntamiento tuviera que presentar ante otras instituciones alguna memoria o programación, contará con el apoyo de este personal para hacer frente a los trámites necesarios.

Canales de comunicación/divulgación. El Ayuntamiento asumirá los gastos de todos los medios materiales. No obstante, el personal preparará semanalmente acciones de comunicación y preparará breves pildoras de comunicación para la web, SSSS u otros medios: texto corto más galería de fotos.

Para la correcta ejecución de los servicios objeto del presente contrato, la empresa adjudicataria deberá designar un representante.

7.- CONDICIONES ECONÓMICAS

El importe a abonar por la prestación de este servicio es de 82.297,55 euros/año (IVA incluido). Los licitadores podrán mejorar dicho precio en sus ofertas.

El pago de los servicios objeto del presente contrato se realizará una vez que los servicios técnicos del Departamento de Actividad Física y Deporte del Ayuntamiento de Pasaia certifiquen la correcta ejecución del trabajo, previa presentación de la factura. Este pago se realizará en 12 partes.

8.- OBLIGACIONES ESPECÍFICAS DEL ADJUDICATARIO

El adjudicatario del servicio deberá suscribir una póliza de seguro de responsabilidad civil para atender las posibles reclamaciones de terceros en el desarrollo del servicio.

Además de todo lo anterior, deberá contar con una línea telefónica, teléfono móvil, material informático y otros medios de prestación del servicio.

9.- OBLIGACIONES ESPECÍFICAS DEL AYUNTAMIENTO:

Asumirá todas las obligaciones detalladas anteriormente.

