

FAGDE - Gestores del Deporte nº 18

<https://www.fagde.org/>

Europa asigna el proyecto Let's #BeActive a la Fundación España Activa



Tras el éxito en el desarrollo y ejecución por parte de la **Fundación España Activa** del **proyecto ALCIS** (centrado en la lucha contra la obesidad y el sedentarismo infantil en los colegios), la Fundación España Activa ha sido seleccionada de nuevo como **partner estratégico** de la **Comisión Europea** en España para ejecutar dos programas de gran interés para fomentar la práctica de la actividad física.



Let's #BeActive consiste en un proyecto erasmus+, que tiene por objetivo involucrar a 60.000 adultos europeos físicamente inactivos, de edades comprendidas entre 18 y 55

años, pertenecientes a 8 países distintos de la Unión Europea. Se trata de un programa de entrenamiento estructurado en bloques de 6 semanas y que consta de diferentes ejercicios, que pretenden conseguir que los participantes adopten hábitos de vida activa y saludable. Una vez el programa llega a su fin, se les realizará un seguimiento de hasta 6 meses, teniendo también la posibilidad de llevar a cabo un registro diario mediante sus smartphones.

La fundación España Activa será la responsable del proyecto en España, siendo sus partners –muchos de ellos, centros de fitness– los encargados de su desarrollo e implementación. El comienzo del programa tendrá lugar este año y el siguiente con la Semana Europea del Deporte, y finalizará el tercer año, coincidiendo nuevamente con la Semana Europea del Deporte.

En nuestro país, el programa pretende involucrar a aproximadamente 40 centros, con la intención de hacer partícipes del mismo a alrededor de 60 personas por cada centro. El proyecto Let's #BeActive comparte con la **Semana Europea del Deporte** la intención de establecer una campaña que involucre a los ciudadanos, para que adopten a largo plazo un estilo de vida en el que la actividad física esté muy presente.

Aparte de hacer que los adultos den la espalda al sedentarismo, y se conviertan en personas físicamente activas; el programa pretende promover la Semana Europea del Deporte mediante un enfoque muy centrado en el fitness. Asimismo, busca llevar a cabo un seguimiento de los niveles de actividad física con el fin de crear una base de pruebas que pueda ayudar en futuras investigaciones.

Link to Original article: <https://www.fagde.org/revista-fagde-no18/europa-asigna-el-proyecto-lets-beactive-a-la-fundacion-espana-activa?elem=285421>