



PERÚ

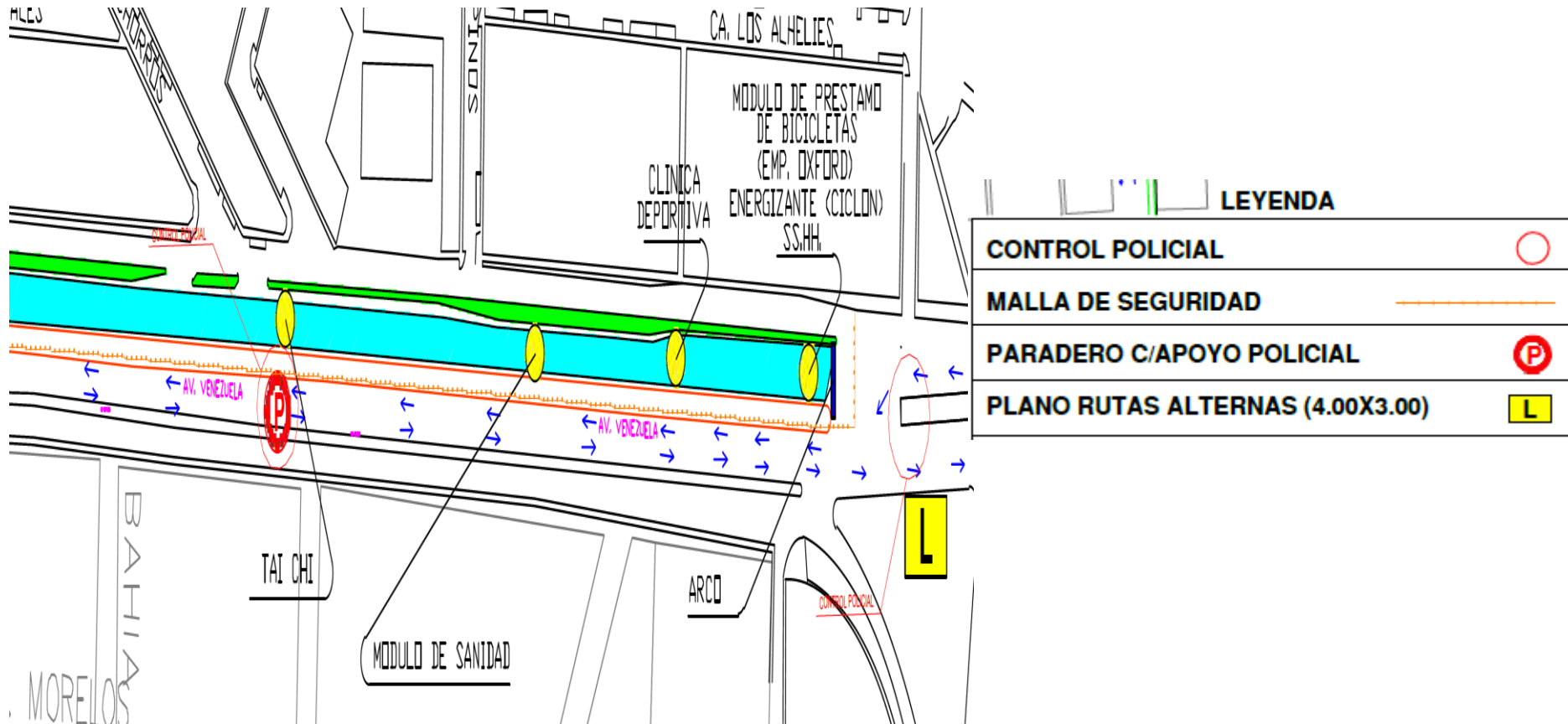
Ministerio  
de Salud

Dirección General  
de Promoción de la Salud

# **PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREATIVA EN ESPACIOS PÚBLICOS**

Propuesta de meta para Plan de Incentivos para la Mejora de la Gestión y Modernización Municipal 2014  
Municipalidades de ciudades principales tipo A y tipo B  
A ser presentada a JULIO del 2014.

# Definición



Programa de promoción de la actividad física en espacios públicos, busca acondicionar dentro del distrito un espacio público (avenidas, calles o parques) para promoción de la actividad física por etapas de vida. Incluye la ciclovía recreativa y las activaciones.

MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE CHARACATO

PROMOVRIENDO LA SALUD



# CICLO

# VIA

Ven a disfrutar de un espacio  
seguro y agradable para  
pasear, trotar, patinar, correr,  
caminar y montar bicicleta

"EL CHARACATITO PEDALERO"



CICLOVÍA

# RECREATIVA

**RUTA:**

Av. Colegio Nacional, Calle Socabaya,  
Calle Santa Ana, Calle Hurtado, Calle Quiscos,  
Calle Plaza Principal, Calle Santa Rosa  
y Calle Grau.



## Gran Festival del Cuy

DOMINGO

# 30

SET. 2012



Le invitamos a disfrutar  
los mas exquisitos  
platos hechos a base de cuy



APACHAVICA

PLAZA PRINCIPAL

## ACTIVACIONES:

- Estrategia dirigida a promover la actividad física en espacios o locales públicos ubicados en diversos sectores/localidades/anexos de la jurisdicción del distrito, busca hacer cumplir la dosis mínima de actividad física de la población en un tiempo de una a dos horas y puede realizarse en una fecha distinta a la implementación de la Ciclovía Recreativa.

Etapas de vida	Espacio/Local público	Activaciones
Gestantes	Parques. Lozas deportivas. Establecimiento de salud.	Gimnasia obstétrica.
Niños	Parques. Lozas deportivas. Instituciones educativas.	Educación física. Danza.
Adolescentes	Parques. Lozas deportivas. Instituciones educativas.	Educación física. Danza.
Jóvenes	Parques. Lozas deportivas. Instituciones educativas superiores.	Educación física. Danza.
Adultos	Parques. Lozas deportivas. Centros Laborales: (Municipio, establecimiento de salud u otros).	Actividad física en trabajo. Danza.
Adulto mayor	Parques. Lozas deportivas. Centros Adulto Mayor	Tai chi Biodanza.

# Pasos para implementación del programa

1

Conformación del equipo de trabajo

2

Elaboración de plan de trabajo

3

Implementar programa de actividad física en espacios públicos

4

Informe de beneficios de la Ciclovía Recreativa (2012-2014)

# 1

## Conformación de equipo de trabajo:

Representante	Área	Propuesta de Funciones
municipalidad	Gerencia Desarrollo Social o quien haga sus veces	Presidir las reuniones del equipo de trabajo, colabora en el informe de los beneficios de la implementación de la Ciclovía Recreativa para la municipalidad y es encargado de presentar el informe final
	Gerencia/Sub Gerencia de Deportes, Recreación o quien haga sus veces	Encargado de elaborar el plan de trabajo e implementar la Ciclovía Recreativa y las activaciones, responsable de de firmar las listas de chequeo
	Coordinador del Plan de Incentivos	Encargado de brindar asistencia técnica y supervisar el cumplimiento de la meta
	Gerencia de Planeamiento y Presupuesto o quien haga sus veces	Participar en la elaboración del plan de trabajo con el presupuesto respectivo, colabora en el informe de los beneficios por Ciclovía Recreativa para la Municipalidad
Salud	Personal designado por la Dirección de Salud o Dirección/Gerencia Regional de Salud	Participar en la elaboración del plan de trabajo y encargado de firmar las listas de chequeo del programa
Comunidad	Persona que pertenece a organizaciones sociales de base a juntas vecinales, un agente comunitario de salud o de instituciones que promueven la actividad física en el distrito (IPD o clubes deportivos)	Participar en la elaboración del plan de trabajo, promover y difundir la implementación del programa además de ser el encargado de firmar las listas de chequeo del programa



•Este equipo es reconocido por **Resolución de Alcaldía** y sus funciones son identificar el lugar donde se implementará el programa, elaborar en conjunto el plan de trabajo, programación de actividades, y de monitorizar el cumplimiento de las actividades programadas.



# Plan de trabajo

## Presentación

Importancia de la promoción de la actividad física para el distrito.

## Análisis situacional

En coordinación con el equipo de trabajo se debe brindar la siguiente información:

- Enfermedades no transmisibles prevalentes en el distrito.
- Estimado de minutos promedio de actividad física por etapa de vida del distrito.
- Número de áreas (parques u otros) con que cuenta el distrito para la promoción de la actividad física.
- Número de participantes durante el programa implementado el 2013.
- Relación de instituciones educativas, centros laborales y asociaciones privadas que promueven la actividad física.

## Plan de Acción

Se debe considerar los los siguientes aspectos:

- Objetivos: Promover la actividad física en espacios públicos del distrito e incrementar la práctica de la actividad física en la población del distrito.
- Actividades y tareas:
  - Selección del lugar acorde a lo solicitado.
  - Elaboración del plan de desvío vehicular y autorizaciones (si corresponde).
  - Coordinaciones con las instituciones y actores locales alrededor del lugar seleccionado.
  - Programación de la Ciclovía Recreativa y activaciones: módulos y lugares a implementarse.
  - Responsabilidad de la implementación de los módulos.
- Resultados esperados: número de participantes por fecha, % de población del distrito que participa en el programa, número de instituciones involucradas, número de participantes por etapa de vida.

## Cronograma

Fechas de instalación de la Ciclovía Recreativa y de las activaciones.

## Presupuesto

Desagregado por actividad propuesta.



### Recuerda:

- Antes de iniciar el programa la Dirección /Gerencia Regional de Salud debe haber validado tu plan de trabajo.
- El plan de trabajo debe estar la programación de fechas de activaciones y ciclovías recreativas.



## Implementación del programa de actividad física

Distrito con población con mas de 300,000 habitantes.

3 km.

Distrito con población entre 90,000 y 299,999 habitantes.

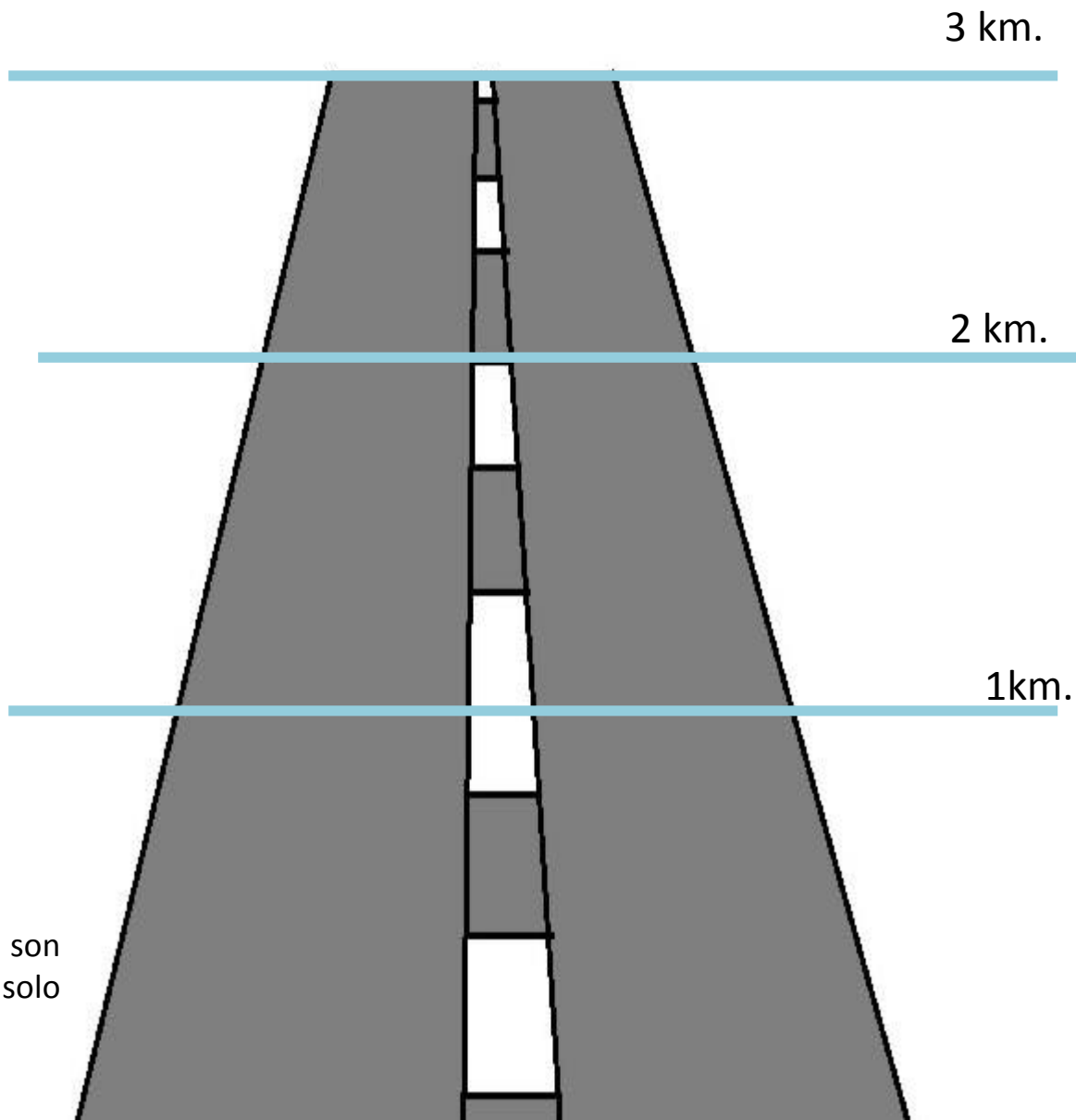
2 km.

Distrito con población < 90,000 habitantes.

1km.

### Extensión:

Kilometraje es continuo y las vías son consideradas como si tuvieran un solo sentido.





02 Km.

Av. Venezuela: Av. Faucett hasta Ovalo Juan Pablo II  
Bellavista - Callao

● Módulos de promoción de la actividad física

● Módulos de recreación y cultura

■ Vía de tránsito no motorizado (bicicletas, caminantes/pedestros)

L Cierre de la vía

P Islotes de control policial o seguridad ciudadana

● Módulos de salud

RESPIRA BELLAVISTA: MUNICIPALIDAD DE BELLAVISTA



AVENIDA VENEZUELA.

RESPIRA BELLAVISTA: MUNICIPALIDAD DE BELLAVISTA.

Entre Av. Faucett y Ovalo Juan Pablo II.



Área recreación de jóvenes.



Área recreación de adultos.

EX-CUARTEL GENERAL DEL EJERCITO : PENTAGONITO  
 MUEVETE SAN BORJA: MUNICIPALIDAD DE SAN BORJA.  
 Av. Del Parque con Av. San Borja Norte.





PARQUE MARISCAL CASTILLA.  
BICILINCE: MUNICIPALIDAD DE LINCE.  
Av. Cesar Vallejo



Área recreación de niños.



Área adolescentes.

# Planificación del desvío vehicular

## Plan de desvío vehicular

La Gerencia de Transporte o área que cumpla dichas funciones, debe de definir las vías alternas, particularmente para el caso del transporte público, considerándose posibilidades de simulaciones para optimizar el plan de desvío vehicular.

## Cruces vehiculares por el programa de promoción de actividad física:

Es posible considerar que el programa pueda establecer cruces vehiculares alrededor de su extensión, estos cruces vehiculares, deben de fortalecer la seguridad con miembros de la Policía Nacional y de Seguridad Ciudadana, dando tiempos de pase con preferencia a las personas que se movilicen por el programa.



# Coordinaciones con la comunidad

## Comunicación con la comunidad

Para conocer la opinión de la población se recomienda cualquiera de las siguientes acciones:

- Visita casa a casa, para dar a conocer el programa y sus beneficios; asimismo consultar si utilizan vehículos las fechas propuestas del programa.
- Convocar a reunión con la comunidad en conjunto, donde se pueda dar a conocer el programa y manifestar sus beneficios.

## Mapeo de actores locales

El equipo de trabajo, en una sesión, debe de desarrollar el mapeo de las instituciones con potencial para participar en las fechas del desarrollo del programa. Por ejemplo instituciones educativas, institutos superiores, centros pre universitarios, escuelas de oficiales, universidades, asociaciones civiles de promoción de actividad física entre otras.



## Participación ciudadana



# Programación y autorizaciones

## Autorizaciones:

- En caso de haber seleccionado una vía como parte del circuito, los municipios distritales deben de coordinar con su área de Transportes para ver si la/las vía/vías requieren de permiso de la Municipalidad Provincial, en caso sea así, deben de iniciar los trámites para el permiso respectivo.
- De no ser así la Municipalidad distrital a través del área competente generará los permisos necesarios conforme a los requisitos establecidos por el programa.
- En caso se decida implementar el programa en parque o complejo deportivo, similarmente la Municipalidad debe de coordinar con la instancia de administración de dicho espacio público.

5



**Gestionar y  
obtener permisos**

# Programación

- **Se** ha establecido que deben de programarse como **mínimo diez fechas** durante el año 2014.
- **En relación a los días:** se considera de **preferencia los domingos**; sin embargo previa coordinación y autorización de las Direcciones de Salud o Dirección/Gerencia Regional de Salud según corresponda, puede utilizarse los días sábado. El programa solo se implementa una vez por semana y se define en un solo día.
- **En relación a las horas:** se ha establecido que el programa de promoción de la actividad física en espacios públicos se deben de desarrollar **cinco (05) horas continuas**, a ser aplicadas en mañana o tarde o noche acorde a que lo decida el equipo de trabajo.
- Cada fecha la Municipalidad debe de considerar un mínimo de **cinco módulos a implementarse**, cuyo tiempo de duración puede ir desde una hora a cinco horas, teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

- Este espacio público es implementado durante 10 fechas al año de preferencia días domingo y tiene una duración de 05 horas continuas, debe de estar cerrado al paso vehicular.

- Debe presentar cuatro módulos/áreas de promoción de actividad física y uno de alimentación saludable dirigidos a diferentes grupos etáreos además puede tener otras áreas de recreación y educación de diversa temática (culturales, educativas, entre otras), pero promoviendo salud.



## Programación:

Los módulos o áreas que se implementen por fecha deben de ser un mínimo de cuatro módulos temáticos a implementar, de las siguientes opciones:

- Actividad física en Gestantes:.
- Actividad física en Niños:
- Actividad física en Adolescente.
- Actividad física en Joven.
- Actividad física en Adulto.
- Actividad física en Adulto Mayor.
- Alimentación saludable en adultos.



Cada módulo o área destinada puede durar máximo 05 horas del programa o tener una duración de 01 hora como mínimo. Las dimensiones del área quedan a disposición del Gobierno Local, recomendando protección adecuada frente al calor o la lluvia, la temática de los módulos se escogen en coordinaciones con el representante de salud del equipo de trabajo





# Modulo de actividad física en gestantes.



Sesiones	Gimnasia obstétrica	Técnicas métodos	Materiales	Tiempo
I SESION: Cambios durante el embarazo y signos de alarma	Ejercicios de calentamiento y estiramiento muscular en posición de pie.  Ejercicios de flexibilidad   Posturas adecuadas durante el embarazo.	Caminata Marcha Danza  Rotación de la cabeza, tronco y extremidades  Cambios posturales en las actividades diarias	Equipo de sonido  CD (música de la zona)	20'

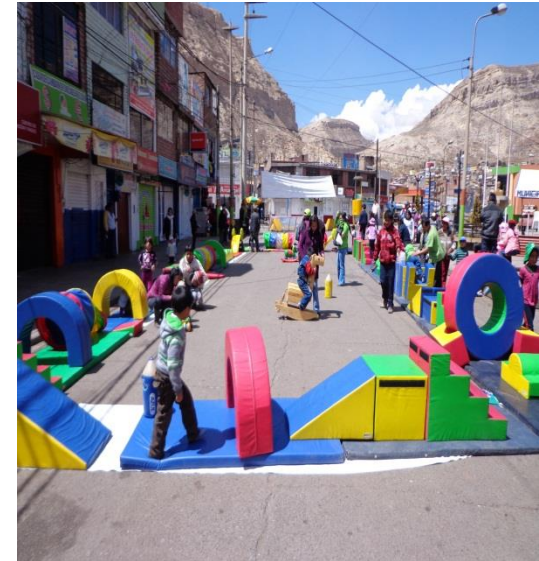






# Modulo de actividad física en niños

Acción / Tipo de actividad física	Propuesta de actividades
Estimulación temprana (niños de 0 a 3 años)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Circuito para gatear</li> <li>• Mesas para dibujar</li> <li>• Mesas para pintar</li> <li>• Áreas compartidas de juego (juguetes de números, instrumentos musicales, animales)</li> </ul>
Aeróbica intensidad moderada (niños de 3 a 10 años)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caminata toda la extensión del programa (una vuelta)</li> <li>• Montar en triciclo o bicicleta.</li> <li>• Juegos del ayer: correr y perseguir a alguien, salta soga, trompo, mundo.</li> </ul>
Aeróbica intensa (niños de 06 a 11 años)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caminatas (toda la extensión (ida y vuelta)</li> <li>• Montar en triciclo o bicicleta.</li> <li>• Juegos del ayer: correr y perseguir a alguien, salta soga, trompo, mundo.</li> <li>• Enseñanza de artes marciales (karate entre otros).</li> <li>• Correr (toda la extensión del programa)</li> <li>• Enseñanza de gimnasia.</li> <li>• Enseñanza de vóley o fulbito (en caso se tenga la infraestructura para este caso).</li> <li>• Enseñanza de natación (en caso se tenga la infraestructura para este caso).</li> </ul>



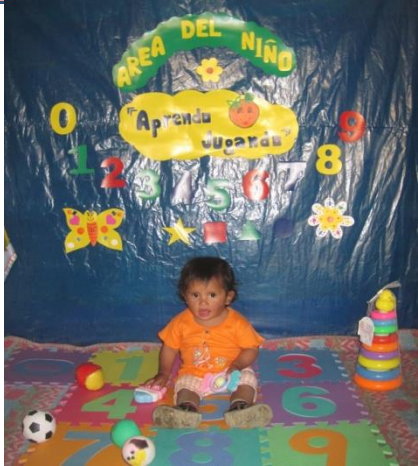
**ESTIMULACION TEMPRANA**



**BAILES INFANTILES**



**PROMOVIENDO EL EJERCICIO FISICO DE  
LOS NIÑOS Y NIÑAS**



**JUEGOS INFANTILES**



**ACTIVIDADES DEPORTIVAS**



**AREAS DE JUEGOS EN CASA**





# Modulo de actividad física en adolescentes

Acción / Tipo de actividad física	Propuesta de actividades
Aeróbica intensidad moderada	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caminata toda la extensión del programa (dos veces ida y vuelta).</li> <li>• Paseos en bicicleta en toda la extensión del programa (dos veces ida y vuelta).</li> <li>• Juegos que requieran lanzar y atrapar objetos (por ejemplo beisbol).</li> <li>• Enseñanza de baile (danzas regionales o modernas).</li> </ul>
Aeróbica intensa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enseñanza de artes marciales (karate entre otros).</li> <li>• Juegos de muros para escalar.</li> <li>• Correr (toda la extensión del programa en dos vueltas hasta sumar 2 Km.)</li> <li>• Enseñanza de gimnasia.</li> <li>• Rutina de ejercicios: conjunto de ejercicios en un tiempo de 30 minutos dirigidos a activar todos los músculos: “planchas”, “canguro”, “ranas”, “polichinelas” “abdominales” entre otros.</li> <li>• Enseñanza de vóley, básquet o fulbito (en caso se tenga la infraestructura para este caso).</li> <li>• Enseñanza de natación (en caso se tenga la infraestructura para este caso).</li> <li>• Juegos de gimkana entre instituciones educativas: carrera de costales, carretillas entre otras.</li> </ul>







01-281-1042



# Modulo de actividad física en jóvenes

Acción / Tipo de actividad física	Propuesta de actividades
Aeróbica intensidad moderada	<ul style="list-style-type: none"><li>• Montar en bicicleta.</li><li>• Paseo en patines.</li><li>• Caminatas (toda la extensión (ida y vuelta)</li></ul>
Aeróbica intensa	<ul style="list-style-type: none"><li>• Correr (toda la extensión del programa) en tiempos, solo para jóvenes.</li><li>• Practica demostrativa de artes marciales (karate entre otros, al aire libre).</li><li>• Practica demostrativa de aeróbicos.</li><li>• Rutina de ejercicios: conjunto de ejercicios en un tiempo de 30 minutos dirigidos a activar todos los músculos: “planchas”, “canguro”, “ranas”, “polichinelas” “abdominales” entre otros.</li><li>• Practica demostrativa masiva de baile (danzas modernas o regionales) en un tiempo continuo de 30 minutos a 45 minutos.</li><li>• Espacios fijos para realizar ejercicios: barras, plano inclinado, minigimnasios, bicicletas estacionarias entre otras; en coordinación con profesional de educación física o especialista en manejo de estos aparatos.</li><li>• Juegos de gimkana entre universidades/institutos: carreras de costales, carretillas entre otras.</li></ul>







# Modulo de actividad física en adultos

Acción / Tipo de actividad física	Propuesta de actividades
Aeróbica intensidad moderada	<ul style="list-style-type: none"><li>• Caminata toda la extensión del programa.</li><li>• Montar en bicicleta.</li><li>• Trote suave.</li></ul>
Aeróbica intensa	<ul style="list-style-type: none"><li>• Trotar (toda la extensión del programa)</li><li>• Practica demostrativa de aeróbicos.</li><li>• Practica demostrativa masiva de baile (danzas modernas o regionales) en un tiempo continuo de 30 minutos a 45 minutos.</li><li>• Espacios fijos para realizar ejercicios: barras, plano inclinado, minigimnasios, bicicletas estacionarias entre otras; en coordinación con profesional de educación física o especialista en manejo de estos aparatos.</li><li>• Juegos de gimkana entre centros laborales: carreras de costales, carretillas entre otras.</li></ul>
Actividades de relajamiento	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tai chi</li><li>• Biodanza</li><li>• Ejercicios de respiración</li></ul>









# Modulo de actividad física en adulto mayor

Acción / Tipo de actividad física	Propuesta de actividades (puede implementarse cualquiera de las propuestas en cada fecha).
Actividades de relajamiento	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tai chi</li><li>• Biodanza</li><li>• Ejercicios de respiración</li></ul>
Aeróbica intensidad moderada	<ul style="list-style-type: none"><li>• Caminata toda la extensión del programa.</li></ul>
Aeróbica intensa	<ul style="list-style-type: none"><li>• Montar en bicicleta.</li><li>• Trotar en la extensión del programa</li><li>• Rutina de ejercicios: conjunto de ejercicios en un tiempo de 30 minutos dirigidos a activar todos los músculos: ejercicios de flexión y extensión muscular, ejercicios de movimiento rotatorios de articulaciones entre otros.</li></ul>





Pallaes

Olluquito c/ carne

Lenteja c/ pollo

Loco c/ zapallo

Picante c/ calabaza



# Modulo de promoción de alimentación saludable

Acción / Tipo de actividad	Descripción
Ferias gastronómicas regionales	En este tipo de actividad se busca difundir todos platos típicos de la región preparados por empresas y/o pobladores, incluyendo la degustación gratuita de los mismos a la población que participe en el programa y la difusión de las recetas para prepararlos.
Promoción de alimentos saludables	En este tipo de actividad se propone presentar un alimento natural que produce la región explicando su cultivo y propiedades. Se puede ofrecer a venta acorde a coordinación con la Municipalidad.
Promoción de alimentación y nutrición saludable	En este tipo de actividad se coordina con profesionales de nutrición para orientar a la población en una correcta alimentación acorde a las características personales.
Sesiones demostrativa de alimentación saludable.	En este tipo de actividad se educará a la madre de familia como debe de preparar alimentos saludables





#### PARA TENER EN CUENTA:

La extensión solicitada es lo mínimo a implementarse, el distrito puede desarrollar el programa en una mayor extensión.

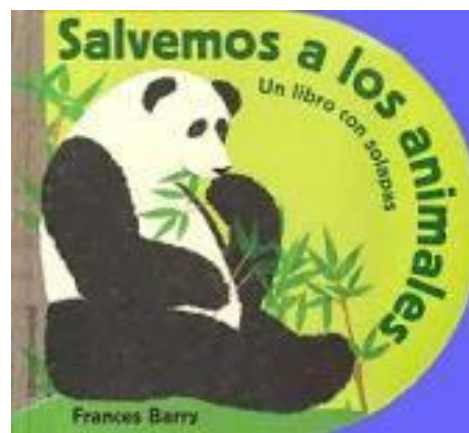
#### RECUERDA:

La ubicación y extensión del programa deben de ser mencionados en la resolución de alcaldía 2014.

## Coordinaciones para implementar otras áreas temáticas

La Municipalidad puede considerar otros espacios con temática diversa que pueden servir de recreación de las familias, siempre que las actividades a desarrollarse sean saludables y no alteren la tranquilidad de los vecinos o perjudiquen la vía pública

- Recreativas: circuitos de juegos para niños, olimpiadas familiares.
- Culturales: pasacalles de grupos de teatro, exposiciones de arte, entre otros.
- Turísticas: puestos de información de promoción de turismo del distrito.
- Integración social: programas para personas con capacidades distintas, presentación de propuestas ambientales, de protección de animales, entre otras.



Cada módulo o área destinada puede durar máximo 06 horas del programa o tener una duración de 01 hora como mínimo. Las dimensiones del área quedan a disposición del Gobierno Local, recomendando protección adecuada frente al calor o la lluvia, la temática de los módulos se escogen en coordinaciones con el representante de salud del equipo de trabajo





**HIDAMANGA**  
**TE QUERO VERDE**

¿Sabes?  
El asfalto, es muy  
caliente en nuestra casa. Avanza  
por las áreas tan maravillosas  
de estos parques. Recuerda  
siempre no olvidarnos respirar. Vuelve a  
plantar de concreto por eso es importante  
plantar. Retrocede 7 Casilleros.  
El sol mas fuerte el calor y mas  
los de pabo en  
los miles de  
millones

¡Cuidemos  
la tierra que  
nos da la vida!  
¡Cuidemos  
la tierra que  
nos da la vida!  
¡Cuidemos  
la tierra que  
nos da la vida!

¡Cuidemos  
la tierra que  
nos da la vida!  
¡Cuidemos  
la tierra que  
nos da la vida!

**PROYECTO DE ÁREAS VERDES**  
planta, siembra una vida

Dr. Amílcar Macasani  
ALCALDE PROTECTOR



# Elaboración del plan de trabajo

El plan de trabajo contiene la siguiente información:

- Ente o equipo ejecutor a nivel local y que será responsable de la actividad.
- Objetivos del programa.
- Características básicas de la actividad (propuesta de nombre, horario, número y fechas de desarrollo).
- Espacio público seleccionado: descripción del lugar donde se propone desarrollar la actividad (plano general y descripción, justificación de porqué fue escogido), alternativas de desvío consideradas (plano general).
- Medidas de mitigación consideradas para vecinos, comercio y otras actividades afectadas (reservar pistas para ingreso vehicular a puntos específicos, señalización especial, etc.).
- Forma y lógica de operación del evento (circulación vehicular dentro del circuito y en sus cruces; normas para los asistentes). Elementos de seguridad considerados (plano general y de detalles cuando sea necesario).
- Programación (incluyendo apoyo de las instituciones) y recursos necesarios.
- Descripción de la campaña de difusión y comunicación del evento.



**Adquirir  
insumos**

# Desarrollo del programa

Antes de la hora definida de inicio del programa se debe de tenerlo instalado es decir, si el horario inicia a las 08:00 horas, desde las 07:00 horas se debe de haber iniciado la instalación. Se recomienda las siguientes acciones:

- Llegada de personal de la municipalidad designado al almacén donde se guardan los elementos a utilizarse para el cierre de la vía: Debe de realizarse por lo menos una hora antes del inicio del programa.
- Carga del vehículo de transporte a utilizarse: Cargar en bodega el o los vehículos que transportan el material. La carga debe hacerse en un orden que facilite su descarga y no dañe los elementos.
- Llegada a terreno de los voluntarios a la vía seleccionada: Reunión de voluntarios en él o los puntos de encuentro a lo largo del circuito.
- Asignación de funciones y orden del día: El coordinador asigna funciones y lugares de trabajo en el circuito a los voluntarios, a menos que estos ya estén previamente definidos.
- Descarga del material a lo largo del circuito: Se van descargando a lo largo del circuito y según un listado de descarga, los elementos e insumos y en paralelo se van armando e instalando (elementos de cierre, seguridad y señalización).
- Instalación de los módulos a implementarse en la fecha, de acuerdo a la programación establecida por el equipo de trabajo.
- Control de la presencia de organizaciones externas: Controlar el armado y la instalación de infraestructura de organizaciones externas (se supone que igualmente esto ya se ha coordinado durante la semana).

## Durante el desarrollo del programa:

- El personal designado como guía debe resguardar y prestar atención en cruces y en todo el circuito: Se resguardan los cruces del circuito y se recorre su zona designada de un lado a otro.
- Vigilancia del material: Se vigila el material y se corrobora permanentemente que se mantenga siempre en su lugar.
- Atención al usuario: Se presta a los usuarios algunos servicios básicos como información y orientación, atención mecánica, primeros auxilios e hidratación.
- Tareas varias: Durante la jornada se realizan múltiples otras tareas, la mayor parte de ellas ligadas a la seguridad y el manejo del tránsito motorizado, como por ejemplo, solicitar a conductores el no estacionarse dentro del circuito y vigilar que no entren vehículos sin justificación y los que salgan de puntos dentro del circuito abandonen éste cuanto antes.

7



**Convocar y  
capacitar al  
personal**

# Después del programa

Cercana a la hora señalada para término del programa se deben desarrollar las siguientes acciones:

- Retiro rápido del material que cierra la calle: Al finalizar la jornada se despeja en el menor tiempo posible el circuito y todas aquellas calles cuya llegada al circuito se haya clausurado durante el desarrollo del evento.
- Carga del camión: Se junta y guarda todo el material en sus respectivos bolsos, tambores o fundas y se carga el camión.
- Descarga en almacén: Se descarga el camión (o camiones) en el almacén designado por la Municipalidad.

7

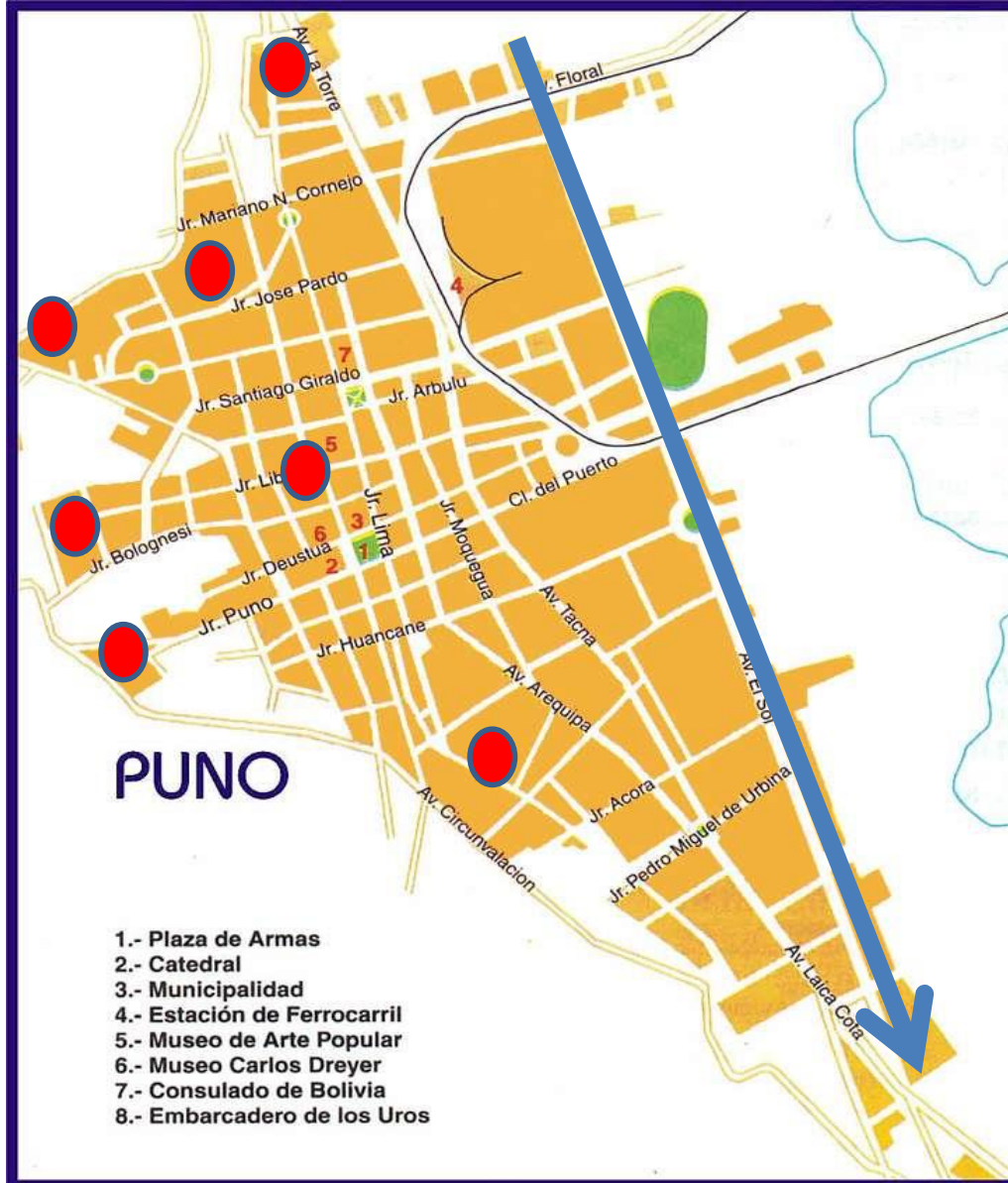


**Contratar  
servicios**



# ACTIVACIONES





← Ciclovía Recreativa  
(solo domingos)

● Activaciones (solo  
entre lunes a  
viernes)

Las activaciones es una estrategia para difundir la ciclovía recreativa y promover la actividad física, pueden:

- Ubicarse en cualquier lugar del distrito.
- Durar como mínimo 1 hora y máximo 2 horas.
- Desarrollarse en instituciones educativas, centros laborales, establecimiento de salud y parques.





Establecimiento de salud



Institución educativa



Universidades



Centros Laborales



# Informe de beneficios para la Municipalidad con la Ciclovía Recreativa

## Presentación

Opinión del /a Alcalde/esa de la municipalidad respecto al programa de Ciclovía Recreativa.

## Ciclovía Recreativa en el distrito.

Se debe detallar la siguiente información:

- Lugar/lugares donde se implementó el programa por año.
- Aspectos de organización: extensión, conectividad con parques o playas, conectividad con sitios turísticos, zonas de riesgo geográfico, minutos por semana, costo anual del programa, personas involucradas en la organización.
- Aspectos sociales: población de influencia, conectividad con transporte público.
- Servicios: seguridad, reparación de bicicletas, primeros auxilios.
- Actividades complementarias: de arte y cultura, de actividad física, de capacitación.

## Beneficios en infraestructura

Tiene que estar necesariamente vinculada con la Ciclovía Recreativa

Obra/infraestructura	2012		2013		2014	
	PI	PP	PI	PP	PI	PP
Vías: asfaltado, reparación, señalización, pavimentación, entre otros.						
Aceras: pavimentación, reparación, rampas de acceso, entre otros.						
Ciclovías: pavimentación, reparación, señalización, segregación, otros.						
Parques: construcción e instalación, reparación o mantenimiento de juego para niños, mini gimnasios, anfiteatros, áreas verdes, entre otros						
Lozas deportivas u otra infraestructura similar (skatepark): construcción e instalación, reparación o mantenimiento.						
Mini gimnasios: en espacios diferentes a parques.						
Complejos deportivos: construcción e instalación, reparación o mantenimiento de sus instalaciones.						

## Beneficios para la municipalidad

Beneficio	Gerencia/Sub beneficiada	2012		2013		2014	
		PI	PP	PI	PP	PI	PP
Capacitación de recursos humanos							
Recursos materiales para actividad física: mallas, estrado, pelotas entre otros.							
Bienes: computadoras, ecran, multimedia, escritorios, entre otros.							
Mantenimiento o reparación de recursos o infraestructura							

## Beneficios en Salud

- Población que desarrolla actividad física y recreativa: suma de los participantes por fecha (2014, 2013 y 2012), participantes por módulos.



Teléfono 315-6600 anexo 2521

[jcollazos@minsa.gob.pe](mailto:jcollazos@minsa.gob.pe)

Av. Salaverry 801, 3° piso Jesús María - Lima.