Gipuzkoako Foru Aldundia
Kultura, Lankidetza, Gazteria eta Kirol Departamentua

Diputación Foral de Gipuzkoa
Departamento de Cultura, Cooperación, Juventud y Deportes

PRENTSA OHARRA

GIPUZKOAKO EMAKUMEEN % 27,2K EZ DU GOMENDATUTAKO ASTEKO JARDUERA FISIKOA EGITEN

- ✓ **Goizane Álvarez: "Gipuzkoa Kirolaken kirola egiten duten emakumeen kopurua handitzea lortu nahi dugu `Emakumeok Mugimenduan´ APParekin"**

Gipuzkoako Kultura, Kirol, Lankidetza eta Gazteriako foru diputatu Goizane Álvarezek ziurtatu du Gipuzkoa Kirolakek jarduera fisikoa egiten duten emakumeen kopurua handitzea lortu nahi duela. Gipuzkoako Soziometroaren arabera, emakumeen % 27,2k eta gizonen % 20k ez dute jarduera fisikoa maiz egiten. Horrek esan nahi du hiru emakumetik batek ez duela egiten Munduko Osasun Erakundeak gomendatutako gutxieneko jarduera fisikoa, hau da, astean 150 minutu.

Prentsa ohar batean, Álvarezek esan du Gipuzkoako Aldundiak emakumeen jarduera fisikoaren garapena babesten jarraitu nahi duela, "Emakumeok Mugimenduan" proiektuaren bidez. Horretarako erabiltzen diren baliabide guztien artean, une honetan "Emakumeok Mugimenduan" APParen erabilera bultzatu nahi da. Helburua da kolektibo horretan kirol jarduera ohitura bilakatzen laguntzea, emakumeei jarduera fisikoa egiten lagunduz eta inspiratuz, komunitatea sortzen lagunduz eta gizarte bidezkoago eta berdinzaleago bat bultzatuz.

Foru diputatuarentzat, ariketa fisikoaren helburua ez da soilik gehiegizko pisua kontrolatzeko, gaixotasunei aurre egiten laguntzeko, hobeto atseden hartzeko eta energia handiagoa izateko jarduera bat; kirola egiteak emakumeak ahalduntzen ditu, beren autoestimua indartzen duelako eta konfiantza irabazten dutelako. Horregatik, proiektu hau "oso beharrezkoa" dela aldarrikatu du, emakume bakoitza jarduera fisikora batzeak emakumeen eta gizarte osoaren egoera aldatzea lortuko duelako.

Ibilbide horretan, Kirol Zerbitzuak emakumeei lagundu nahi die, eta tresna bat eman nahi die kirol jarduera sustatzeko eta motibatzeko, app baten bidez. App horretan, egindako jarduerak erregistratu daitezke, haien jarraipena egin; eguneroko, asteko edo hileko jardueraren laburpena izan, jakin aktibo zenbat minututan egon diren, zenbat urrats eman dituzten edo zenbat kaloria erre dituzten. Horrez gain, emakumeentzako kirol ekitaldien agendara sarbidea izan nahi da, 30 kirol jarduera eta mugikortasun jarduera baino gehiagori buruzko informazioa aurkitu, eta kirolaren onura partekatzen

duten emakumeen istorioetan inspiratu. Gainera, argitu duenez, Gipuzkoa Kirolaken aplikazio bat izanik, datuak ez ditu enpresa pribatu batek bilduko.

APPa eta programa ezagutarazteko, Txita erabiliko da, bizikleta eta triziklo bidezko garraio jasangarria. Irailaren 25etik azaroaren 3ra bitartean, hainbat udalerri zeharkatuko ditu APPak, hala nola Pasaia, Lezo, Oiartzun, Astigarraga, Zumarraga eta Urretxu, Legazpi, Idiazabal, Villabona, Ibarra, Anoeta, Zarautz, Getaria, Aretxabaleta, Eskoriatza, Hondarribia, Azkoitia, Zestoa, Deba eta Soraluze.

Zehazki, dibulgazio kanpaina irailaren 25etik 29ra bitartean hasiko da Pasaian. Lehenengo egunean, irailaren 25ean, doakoa izango da Trintxerpeko eta Pasaia Donibaneko kirol instalazioetako sarrera. Bestalde, 18:30ean, Ibaiondoko frontoian, emakume korrikalarientzako topaketa bat izango da. 10:30etik 13:30era eta 15:00etatik 18:30era Txita Pasaian egongo da. Bi dinamizatzailek emango dute ekimenari buruzko informazioa.

Hurrengo hitzorduak irailaren 27an, 28an eta 29an izango dira. 27an arratsaldeko 18:30ean, Pasaia Donibaneko kiroldegian, beste topaketa bat izango da, eta Pasaia San Pedroko kiroldegian, berriz, arratsaldeko 19:30ean egingo da topaketa, 28an. Azkenik, irailaren 29an, 18:00etan, "emakume palistak" elkartuko dira Antxoko Ibaiondo frontoian.

Pasaia, 2023ko irailaren 25a