

JARDUERA FISIKOARI, KIROLARI ETA OSASUNARI BURUZKO NAZIOARTEKO KONGRESUA

2006ko urriak 19, 20 eta 21 - Tolosa - Gipuzkoa

MEMORIA OROKORRA

1.- Izena eta edukiak:

- Jarduera fisikoari, kirolari eta osasunari buruzko nazioarteko kongresua.

1.1.- Hartzaileak:

- Jarduera fisiko eta kirol zientzietako, medikuntza eta elikadurako eta adinekoekin lotutako espezialitateetako ikasleak.
- Familia eta kirol medikuntzako profesionalak.
- Adinekoekin lotutako profesionalak.
- Elikadurako profesionalak.
- Kirol teknikari profesionalak.

1.2.- Landu ziren arloak eta gaiak, egun bakoitzean bat:

- Jarduera fisikoak eta kirolak osasunarekin duten loturaren oinarri zientifikoak.
- Jarduera fisikoaren bidez osasuna sustatzeko ereduak.
- Jarduera fisikoak gizartearen beharretara egokitzea.

1.3.- Kongresuko lehen egunaren arratsaldean landutako tailer teorikoak:

- Haur obesitatearen prebentzioa, eta jarduera fisikoarekin eta kirolarekin duen lotura.
- Pertsona ezinduak gizarteratzea jarduera fisikoaren eta kirolaren bidez.
- Jarduera fisikoa pertsona zaharren bizi-kalitatea ontzeko bide.
- Herritarren ohiturak aldatzeko moduak: herritar eta erkidego aktiboagoak nola sortu.

1.4.- Kongresuko bigarren egunaren arratsaldean landutako tailer praktikoak:

- Jarduera fisikoa nola aholkatu.
- Teoriatik praktikara: jarduera fisiko egokituak.
- Teoriatik praktikara: jarduera fisiko egokituak ur ingurunean.
- Zaharrentzako parkeak: praktikak berariaz prestatutako instalazio batean.



Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa



2.- Lekua:

- Tolosa (Gipuzkoa – Euskal Herria).

3.- Egunak:

- 2006ko urriak 19, 20 eta 21.

4.- Antolatzaileak:

- Gipuzkoako Foru Aldundia, Kirol Zuzendaritza Nagusia, Gizarte eta Erakunde Harremanetarako Departamentua.
- Tolosako Udala.

5.- Babesleak:

- Kutxa, Caja Gipuzkoa San Sebastián.
- Pfizer S.A.
- Gipuzkoako Poliklinika.
- El Diario Vasco

6.- Laguntzaileak:

- Euskal Herriko Unibertsitatea.
- Osakidetza.
- MAS Commerce
- EKISE
- KAIT

7.- Laguntza teknikoa:

- Kirol Management S.L.

8.- Hizkuntzak:

8.1.- Hizkuntza ofizialak: euskara, gaztelania eta inglesa.

Babesleak/
Patrocinan



Laguntzaileak/
Colaboran





Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa



9- Txostenak aurkeztu diren egoitza:

- Leidor aretoa.
San Frantzisko pasalekua, 6
20400 Tolosa

10.- Lan-talde teorikoen egoitza:

1. eta 4. Tailerrak:

- Leidor aretoa.
San Francisco pasealekua, 6
20400 Tolosa

2. eta 3. Tailerrak:

- Tolosako Kultur Etxea.
Trianguloa plaza, 1
20400 Tolosa

11.- Lan-talde praktikoaren egoitza:

- Usabalgo kirolgunea.
Usabal, 25 A
20400 Tolosa

12.- Kongresuko Idazkaritzaren egoitza:

- Tolosako Leidor.
San Frantzisko pasalekua, 6
20400 Tolosa

13.- Kongresua hasi baino lehen Idazkaritzak izan zuen egoitza:

- Kirolarte
Anoeta pasealekua 5
20014 Donostia
Tel.: 943 458 357
Faxa: 943 459 593
Email-a: kirolarte@gipuzkoa.net
Webgunea: www.kirolarte.net/congreso

Babesleak/
Patrocinan



Laguntzaileak/
Colaboran





Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa



14.- Izena emateko kuota:

14.1.- Kuota:

- Kongresurako izena emateko kuota 100 eurokoa izan zen, BEZ barne.
- Afari ofizialeko menuaren zenbatekoa 30 euro izan zen, BEZ barne.

Izena emateko kuotaren barne zeuden:

- Orriak eta boligrafoa dituen karpeta.
- Identifikazioa.
- Abstrak eta komunikazio laburpenak jasotzen dituen CDa.
- Usabalgo kirolgunean dohainik sartzeko txartela Kongresuak irauten duen bitartean.
- Goizeroko atsedendaldiko kafea.

14.2.- Hobariak:

Izena emateko kuotan honako hauei eskaintzen zitzaien hobaria:

- Gipuzkoa, Bizkaia, Araba eta Nafarroako udaletako kirol teknikariak: % 50
- Gipuzkoa, Bizkaia eta Arabako aldundietako kirol teknikariak: % 50
- Eusko Jaurlaritzako eta Nafarroako Gobernuko kirol teknikariak: % 50
- Unibertsitate ikasleak: % 50
- Lan-taldeetarako komunikazioak hautatu zaizkien partaideak: % 50

OHARRA: Izena emateko kuotari soilik aplikatuko zitzaion hobaria, eta ez afari ofizialeko zenbatekoari.

14.3.- Ordainagiria:

Kongresuaren antolakuntzak ordainagiriak eman zizkien izena emateko kuota eta afari ofizialaren zenbatekoa ordaindu zuten kideei.

15.- Izena ematea:

15.1.- Kongresurako izena Idazkaritza Nagusian bertan, on line webgunean (www.kirolarte.net/congreso), posta elektronikoz (kirolarte@gipuzkoa.net), fax fax (943 459 593) edo ohiko postaz (Kirolarte, Anoeta pasealekua 5, 20014 Donostia) eman ziren. Izena emateko epea urriaren 10ean amaitu zen. Gehienez ere 200 lagun onartu ziren kongresuan

Babesleak/
Patrocinan



Laguntzaileak/
Colaboran





Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa



16.- Kredituak:

Hautaketa libreko kredituak eman zitzaizkien Euskal Herriko Unibertsitateko ikasleei eta Profesio Sanitarioen Etengabeko Prestakuntzarako Euskal Kontseiluaren kredituak osasun arloko langileei.

17.- Ziurtagiriak:

Oro har, Kongresuaren Idazkaritzak partaidetza ziurtagiriak eman zizkien programatutako jardueren % 90ean parte hartu zuten kongresuko kideei. Ziurtagiri bereziak prestatu ziren Euskal Herriko Unibertsitateko ikasleentzat eta osasun arloko langileentzat.

18- Ostatua:

- Palacio de Aiete hotela *****
- Oria hotela *
- Zuloaga Txiki aterpea

19.- Kongresuaren datuak:

- Partaide kopurua: 147 (*)
- Partaideen jatorria:

Madril, Lleida, Galizia, Valentzia, Bartzelona, Alicante, Cuenca, Valladolid, Araba (9), Granada (4), Gipuzkoa (90), Bizkaia (20) eta Nafarroa (5)

- Txostengileak: 23
- Komunikaziogileak: 17
- Dinamizatzaileak: 11

(*) 147 partaideez gainera, Donostiako Barandiaran Lizeoko 17 ikasle ere bertan izan ziren lanbide heziketako jarduera fisiko eta kirol jardueren moduluko irakaslearekin batera.

Babesleak/
Patrocinan



Laguntzaileak/
Colaboran



20.- Kongresuaren garapena

20.1.- urriak 19 - goiza

Oinarrizko osasun langileen eta herrietako kirol zerbitzuetako langileen arteko harremana azpimarratzen eta zientifikoki justifikatzen aritu ziren. Beharrezkoa da osasun langileek herritarrei kirola egin dezaten agintzea, gero haiek hurbileneko kiroldegian kirola egin dezaten, kirol teknikariek aholkatuta.

Txostengile guztiak bat etorri ziren egungo bizimoduak kontrajarriak direla eta hainbat osasun arazo eta gorputzaren itxurarekin lotutako hainbat arazo eragiten dituztela esatean. Alde batetik, gorputzaren itxura zaintzea eta gurtzea puri-purian dagoen kontua da biztanleria sektore batzuetan, gazteen artean bereziki; bestetik, berriz, osasungarri ez diren bizimoduak gero eta errotuago daude, informazio eta komunikazio teknologiei esker eta hiri garapeneko kontzeptu berriei esker.

20.2.- urriak 19 - arratsaldea

Tailer teorikoetan, hainbat komunikazioren bidez, gai hauek landu zituzten: jarduera fisikoa, biztanleria oro har, eta hura osatzen duten kolektibo nagusiak.

Jarduera fisikoa prebentzio eta integrazio modura erabilita hainbat kolektiboren bizi kalitateak hobera egiten duela oinarri harturik, haur obesitatea, ezinduak, adineko pertsonak eta herritarren ohiturak aldatzea aztertu ziren, besteak beste.

20.3.- urriak 20 - goiza

Kongresuaren bigarren egunean esperientziak trukatu ziren, autonomi erkidegoetan, estatuan eta nazioartean jarduera fisikoaren bidez herritarren osasuna ontze aldera abian jarri diren ekimenak, hain zuzen ere.

Kanadako administrazioa aipatu zen, hogeita bost urte baino gehiago baitaramatza jarduera fisikoaren bidez osasuna sustatzeko programak prestatzen.

Kirol jarduerak osasun gastua gutxitzearekin duen lotura azaldu zuten kataluniarrek.

Oinez Bizi programa Euskadin aipatu zen. Osasun arloak abian jarri duen ekimen berritzailea da, oinez ibiltzeak herritarrei dakartzkien osasun onurak lau haizetara zabaldu nahi dituen, bereziki hirietan eta edozein ordutan.



Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa

Kirolarte

TOLOSAKO  UDALA



Azkenik, administrazio zentralak esku hartu zuen, Munduko Osasunaren 57. Batzarrean proposatutakoei erantzuten. Batzar hori 2004ko maiatzean egin zen, eta han onartu zen *Elikadurari, jarduera fisikoari eta osasunari buruzko mundu mailako estrategia*. Horren ondorioz, *Naos estrategia* jarri zen abian Estatu osoan, helburu nagusi batekin: inguru egoki bat sortzea osasuna sustatzeko eta babesteko, neurri eramangarriak hartuz norberak, erkidegoak eta nazioak, guztiek batera elikadura txarrak eta jarduera fisikorik ezak sortzen dituen gizentasun eta heriotza kasuak murrizte aldera.

20.4.- urriak 20 - Arratsaldea

Profesionalen kolektibo desberdinek garatutako esperientzietatik abiatu ziren tailer praktikoak, eta herritar guztientzako jarduera fisikoko programak abian jartzeko zer baliabide erabili zituzten azaldu zuten. Udal mailan, Irun Sasoi egitasmoa aztertu zen; pertsona ezinduen integrazio osoari dagokionez, kiroldegietan eta igerilekuetan egiten diren jarduerak eman ziren ezagutzera.

Parkeetarako komunitate ekipamenduaren kontzeptu berri bat ere aurkeztu zen. Haurrentzako prestatzen diren parkeen antzekoak izan ohi dira, baina batez ere pertsona zaharrei begira prestatuak, haientzako moduko jarduerak gauzatze aldera.

20.5.- urriak 21 - goiza

Gipuzkoak tradizio handia duen arren 65 urtetik gorako pertsonentzako ariketa fisikoko programetan, ez dago emaitzen gainera datu zehatzik. Joan zen kirol denboraldian, 2005/2006an, horri buruzko azterketa bat egin zen eta azterketa haren emaitzak aurkeztu ziren, eskaintza doitzeko eta kalitatea hobetzeko balioko duten emaitzak.

Horretaz gain, kirolak eta jarduera fisikoak emakumearengan bizitza osoan zehar duten garrantzia ere aztertu zen. Kasu horretan, txostengileak eskarmentu bikoitza zeukan: goi mailako emakumezko kirolaria eta kirol medikuntzan aditua.

Babesleak/
Patrocinan



Laguntzaileak/
Colaboran





Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa

Kirolarte

TOLOSAKO  UDALA



Bestalde, administrazio eta kirol agintariei gero eta buruhauste gehiago sortzen dizkien gai bat ere landu zen: dopajearen zabalkundea kirolaren beheko mailetaraino.

Azkenik, txostengilearen nortasunean oinarritutako hitzaldi batekin amaitu zen kongresua; jarduera fisikoa eta kirola egunero egiteak ekartzen dituen balioekin eta osasunari ekartzen dizkion onurekin (batez ere gazte jendearen artean) guztiz konprometitutako pertsona.

21.- Enpresa hornitzaileak:

- Gorrotxategi
- Eceiza
- Cofradía de la alubia de Tolosa
- Zumitxo
- Restaurante Frontón
- Hiru-tek
- Zumeta S.L.
- Bengoa S.A.
- Taxis Tolosa
- Vallina
- Hotel Oria
- Hotel Palacio de Aiete
- Albergue Zuloaga Txiki
- Viajes Gaintour
- Tisa
- Astesa
- MAS Gráfica
- Druck S.L.
- Centro Gráfico Ganboa
- Bi and Bi
- Floristeria Camino
- Orfeón de Tolosa
- Kirolzer S.L.
- Kirol Management S.L.

22.- Aurrekontua: 52.744 €

Babesleak/
Patrocinan



POLICLINICA GIPUZKOA



LA VIDA POR DELANTE



kutxa



Laguntzaileak/
Colaboran



Universidad
del País Vasco



Euskal Herriko
Unibertsitatea



EKISE



KAT