



## ¡ACTÍVATE EN FAMILIA!

**LOZOYUELA-NAVAS-SIETEIGLESIAS**

1.483 Habitantes

El proyecto "¡ACTÍVATE EN FAMILIA! Un proyecto educativo de salud y deporte en la infancia" tiene como objetivo promover estilos de vida activos y saludables.

El proyecto está dirigido a niñas y niños de 6 a 12 años y sus familias, incluyendo padres, madres, abuelos y otros familiares.

Las actividades principales incluyen Viernes Deportivos, con clases deportivas adaptadas a diferentes edades y habilidades, como fútbol, baloncesto, atletismo, pádel, y tenis, realizadas todos los viernes por la tarde. Clases Abiertas, con tres charlas/debates trimestrales sobre alimentación saludable, actividades de ocio activo y control emocional, dirigidas a los alumnos del colegio y sus familias. Fin de Semana en Familia, con actividades mensuales como yoga, gymkanas, excursiones, ciclismo, senderismo y piragüismo, diseñadas para fomentar la convivencia y el ejercicio físico en familia.

El proyecto se desarrollará en colaboración con el C.R.A de Lozoyuela, Luis Fernández de Urosa, la concejalía de deportes, educación y la alcaldía, así como asociaciones deportivas locales y entidades especializadas en promoción de la salud infantil. También se realizarán encuentros intermunicipales y actividades conjuntas con otros municipios.

La difusión se llevará a cabo mediante campañas informativas en centros educativos, redes sociales, medios de comunicación y eventos comunitarios.

**Fechas:** octubre de 2025 a mayo de 2026

**Contacto:** [deportes@lozoyuela.com](mailto:deportes@lozoyuela.com)

**Más información:** [www.lozoyuela.com](http://www.lozoyuela.com)

*X Edición*  
PROGRAMA DE COLABORACIÓN INSTITUCIONAL EN PROYECTOS DE  
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

