

Semana del Movimiento de Indeportes Antioquia, para celebrar el Día Mundial de la Actividad Física y conmemorar el Día de la Salud

- Serán 123 los municipios de Antioquia que tendrán actividades de promoción de la actividad física.
- “Muévase para vivir” es el lema que este año celebra el Día Mundial de la Actividad Física.
- Las actividades se desarrollarán del 4 al 10 de abril e involucrarán a todos los grupos poblacionales en el territorio antioqueño.



¡Muévase para vivir! Antioquia



Medellín, Antioquia (*Oficina de Prensa Indeportes Antioquia 46-2022*). Con la Semana del Movimiento, que iniciará el lunes 4 de abril y que concluirá el domingo 10 abril, Indeportes Antioquia, a través del programa “Por su salud, muévase pues”, se une al Día Mundial de la Actividad Física a celebrarse el miércoles 6 de abril de 2022 con una serie de actividades académicas, de movimiento físico y de promoción de hábitos de vida saludable.

Este año la estrategia, cuyo lema es “¡Muévase para vivir!”, vinculará a 123 municipios de Antioquia con acciones que, en coliseos, parques, canchas y escenarios polideportivos, llegarán a niños, jóvenes, adultos y adultos mayores. Esto garantiza que la estrategia se implemente en cada subregión del departamento.

Oficina Asesora de Comunicaciones - Indeportes Antioquia
Oficina de Prensa. Teléfono: 520 08 90, ext. 1035
prensa@indeportesantioquia.gov.co



“Antioquia se moverá por la vida, por la salud, por los buenos hábitos y estilos de vida saludable. La invitación es para que, en los municipios, los ciudadanos se muevan a través de la actividad física”, expresó Héctor Fabián Betancur Montoya, gerente de Indeportes Antioquia.

El momento principal será el miércoles 6 de abril, con la realización de una fiesta recreativa en el Parque de Banderas (Plaza Sudamericana), en Medellín, desde las 7:00 a.m. y hasta las 9:00 a.m., en articulación con el Inder Medellín.

Sin embargo, los encuentros también se extenderán a lo largo y ancho del departamento. Mónica María Arenas Sossa, líder del programa “Por su salud, muévase pues”, invitó a los ciudadanos “para que verifiquen con los entes municipales las actividades que tienen programadas. Existe una diversidad de opciones para que las personas participen, según sus intereses”.

Dicha semana también es aprovechada para la conmemoración del Día Mundial de la Salud, el cual se celebra cada 7 de abril.

Por esta razón, Héctor Fabián Betancur Montoya agregó que, “por medio de la actividad física se puede evitar enfermedades coronarias, la obesidad, la presión alta, el estrés y toda una serie de circunstancias complejas”.

Programación Semana del Movimiento

- **Lunes, 4 de abril.** Los servidores públicos de Indeportes Antioquia participarán, en su lugar de trabajo, de una serie de actividades que les permitirá moverse y tomar conciencia de la importancia de la actividad física.

- **Martes, 5 de abril.** Conferencia "Mitos y verdades de la actividad física". Será a las 10:00 a.m., en el auditorio principal de Indeportes Antioquia, en Medellín, Calle 48 # 70 - 180, sector Estadio. Se podrá acceder libremente a través del enlace (plataforma *Teams de Microsoft*): <https://bit.ly/mitosyverdades2022>

- **Miércoles, 6 de abril.** Multiclase de actividad física, rumba aeróbica y tamizajes personalizados en hábitos de vida saludables. De 7:00 a.m. a 9:00 a.m., en la Plaza Suramericana, conocida también como el Parque de Banderas (en la Unidad Deportiva Atanasio Girardot, Medellín).

- **Jueves, 7 de abril.** En el Día Mundial de la Salud, Indeportes Antioquia visitará el Centro Administrativo Departamental (en La Alpujarra). Se harán tamizajes y asesorías personalizadas en hábitos de vida saludables a los servidores públicos y visitantes de la Gobernación de Antioquia.

- **Del lunes 4 al domingo 10 de abril.** En 123 municipios, de las nueve subregiones de Antioquia, se tendrán actividades deportivas, recreativas y de actividad física durante la semana, abiertas y gratuitas. La programación de cada localidad podrá conocerse a través de las coordinaciones, direcciones o secretarías municipales de deporte.

Contexto informativo

La Semana del Movimiento de Indeportes Antioquia está enmarcada dentro de la estrategia que hace parte de la conmemoración del Día Mundial de la Salud y del Día Mundial de la Actividad Física, según el decreto 642 de 2016 promulgado por el Ministerio del Deporte de Colombia.

Por su parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS), mediante resolución de 2002, solicitó a sus Estados miembros conmemorar un día mundial de la actividad física. Por esta razón, cada 6 de abril, la Red de Actividad Física de las Américas (RAFA-PANA) y la Red Colombiana de Actividad Física (REDCOLAF), promueven el movimiento físico para el mejoramiento de la calidad de vida. Asimismo, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) estableció, también, el 6 de abril como el Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz.

Contenido de apoyo

- (Video) Palabras Héctor Fabián Betancur Montoya, gerente de Indeportes Antioquia.
- (Video) Palabras de Mónica María Arenas Sossa, líder del programa “Por su salud, muévase pues”.

Clic en el enlace para descargar el contenido: <https://we.tl/t-05eqcPfWJK>

Oficina Asesora de Comunicaciones - Indeportes Antioquia
Oficina de Prensa. Teléfono: 520 08 90, ext. 1035
prensa@indeportesantioquia.gov.co

