

 <b>INDEPORTES ANTIOQUIA</b>	<b>CIRCULAR</b>	F-GD-23	Versión:02
			Aprobación: 24/02/2020

**Radicado: K 2022000052**

**Fecha: 07/09/2022**

Tipo: COMUNICACION OFICIAL :  
CIRCULARES

Destino: MUNICIPIOS DE ANTIOQUIA



## CELEBRACIÓN “SEMANA NACIONAL DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE”

### PROGRAMA “POR SU SALUD, MUÉVASE PUES” 2022

Código de la dependencia: 800000

Medellín, 08 de septiembre de 2022

**PARA:** Alcaldes (as), Directores Ejecutivos, Coordinadores y/o Gerentes Entes Deportivos Municipales, Gerentes Hospitales, Direcciones Locales de Salud y Secretarías de Educación Municipales del Departamento de Antioquia.

**ASUNTO:** Celebración Semana Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable (Ola del Movimiento Estudiantil, XII Carrera Atlética de la familia y otros eventos que cada municipio proponga)

Cordial saludo,

La Gobernación de Antioquia, dando cumplimiento al Plan de Desarrollo “Unidos por la vida”, e INDEPORTES Antioquia con su programa **“Por su salud, muévase pues”**, unidos al lineamiento nacional, promueve la realización de la **“SEMANA NACIONAL DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE”**, evento que se realizará en el país del 19 al 25 de septiembre de 2022, como una herramienta para contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad, fomentando la práctica de la actividad física, además de la buena utilización del tiempo libre en la población, especialmente en este periodo de post pandemia.

A continuación, se proponen diferentes actividades que pueden ser tenidas en cuenta durante esta celebración en cada municipio:

#### 1. OLA DEL MOVIMIENTO ESTUDIANTIL - “Activa tu institución con las pausas activas escolares”

Este evento se realizará entre el 19 y el 25 de septiembre de 2022 con el objetivo de sensibilizar a la comunidad estudiantil de las Instituciones Educativas del Departamento en torno a la adopción de hábitos y estilos de vida saludable.



CO-SC5133-1

**Indeportes Antioquia**

calle 48#70 - 180, Medellín. Tel: 520 08 90  
www.indeportesantioquia.gov.co

 <b>INDEPORTES ANTIOQUIA</b>	<b>CIRCULAR</b>	F-GD-23	Versión:02
			Aprobación: 24/02/2020

🍀 **Bases del concurso:**

- Conformar un equipo para básica primaria y/o para secundaria, mínimo 20 estudiantes que representen a la Institución Educativa.
- Inscribirse en el siguiente enlace con los datos de tu institución <https://oladelmovimientoestudiantil2022.deportesant.gov.co/>
- Ingresar al canal de INDEPORTES Antioquia en **YouTube** y descargar la canción “**OLA DEL MOVIMIENTO ESTUDIANTIL 2022**”.
- Grabar tu video con el uniforme de educación física y realizar tu propuesta creativa con lo que dice la canción **OLA DEL MOVIMIENTO ESTUDIANTIL** (sólo se acepta un video por institución educativa).
- Grabar el video con el celular en posición horizontal, buena resolución, que no esté a contraluz y en donde la canción se escuche claramente. Tienen máximo dos (2) minutos para el desarrollo de la pausa activa escolar con la canción Ola del movimiento estudiantil.
- Descargar de la página el formato de autorización de registro de imagen para menores de edad. (Se utiliza 1 formato por Institución Educativa)

🍀 **Fecha de inscripción:** Del 12 al 16 de septiembre del 2022 hasta las 12:30 p.m.

🍀 **Semana de promoción (Me gusta o likes en videos):** Del 19 al 25 de septiembre de 2022.

🍀 **Premiación:** Los primeros 60 videos con más “me gusta”, en la plataforma YouTube de INDEPORTES Antioquia obtendrá un kit de actividad física (5 pelotas de voleibol, 5 pelotas de baloncesto, 5 pelotas de fútbol, 2 escaleras de entrenamiento, 10 cuerdas, 10 aros, 10 conos, una tula y un inflador) para la Institución Educativa que representan. De estos 60, los 3 primeros videos que obtengan más “**Me gusta o likes**”, tendrán premiación especial, así: (5 pelotas de voleibol, 5 pelotas de baloncesto, 5 pelotas de fútbol, 2 escaleras de entrenamiento, 10 cuerdas, 10 aros, 10 conos, una tula, un inflador, 2 balones de fútbol, 2 balones de voleibol, 2 balones de baloncesto, 10 petos, 1 paquete de juego de bolos y 1 equipo de sonido).}

## 2. XII CARRERA ATLÉTICA DE LA FAMILIA

Este evento se llevará a cabo de manera presencial el domingo 25 de septiembre de 8:00 a.m. a 12:00 del mediodía en el municipio de Entreríos, se contará con un recorrido de 5K y 10K, los cuales se pueden realizar corriendo y/o caminando, previo a este día los interesados se podrán inscribir en <https://atletismoantioquia.com/> a partir del 12 de septiembre hasta agotar cupos.

También se puede participar de **manera virtual** los días sábado 24 y domingo 25 de septiembre de

2022, los interesados se podrán inscribir en <https://atletismoantioquia.com/> y luego registrar el recorrido. Quienes cumplan los requisitos de participación y envíen la confirmación de la participación



**Indeportes Antioquia**  
calle 48#70 - 180. Medellín. Tel: 520 08 90  
[www.indeportesantioquia.gov.co](http://www.indeportesantioquia.gov.co)

CO-SC5133-1

 <b>INDEPORTES ANTIOQUIA</b>	<b>CIRCULAR</b>	F-GD-23	Versión:02
			Aprobación: 24/02/2020

se les entregará la camiseta del evento.

### 3. OTRAS ACTIVIDADES DE CAPACITACIÓN Y/O EVENTOS QUE MOVILICEN LA ADOPCIÓN DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Abarca la propuesta virtual y/o presencial de cada municipio para la celebración de la Semana Nacional y el Día Mundial del Corazón. Para participar se debe realizar la inscripción del municipio con la propuesta para esta *Semana Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable* en el enlace:

<https://sistemasemananacionaldehabitosyestilosdevidasaludable.deportesant.gov.co/>

Cualquier información adicional comunicarse al correo electrónico [porsusalud@indeportesantioquia.gov.co](mailto:porsusalud@indeportesantioquia.gov.co) o con los promotores subregionales del programa departamental que se relacionan a continuación:

SUBREGIÓN	PROMOTOR	CELULAR	CORREOELECTRÓNICO
<b>ORIENTE</b>	Camilo Peña Mora	3014978210	cpena@indeportesantioquia.gov.co
<b>NORTE Y BAJO CAUCA</b>	Fabio León Moreno Gómez	3143795664	fmoreno@indeportesantioquia.gov.co
<b>NORDESTE Y MAGDALENA MEDIO</b>	Leidy Sandrit Ariza Zapata	3104248980	lariza@indeportesantioquia.gov.co
<b>SUROESTE</b>	Edward Ochoa Molina	3148214473	eochoa@indeportesantioquia.gov.co
<b>VALLE DE ABURRÁ</b>	Felipe Zapata Ballesteros	3216428401	fzapata@indeportesantioquia.gov.co
<b>OCCIDENTE</b>	Jhon Jairo Velásquez Borja	3015346533	jvelasquez@indeportesantioquia.gov.co
<b>URABÁ</b>	Sally Agualimpia Córdoba	3117799244	sagualimpia@indeportesantioquia.gov.co
<b>PROMOTOR LÚDICO</b>	David Mosquera Mena	3113840364	dmosquera@indeportesantioquia.gov.co



**HÉCTOR JAVIER VÁSQUEZ MONSALVE**  
Subgerente de Fomento y Desarrollo Deportivo

Proyectó: Mónica María Arenas Sosa - Profesional Especializada Subgerencia Fomento



CO-SC5133-1

**Indeportes Antioquia**

calle 48#70 - 180. Medellín. Tel: 520 08 90  
[www.indeportesantioquia.gov.co](http://www.indeportesantioquia.gov.co)