

8<sup>è</sup> passeig  
Saludable

LA NAU  
GRAN 01 octubre  
2017

**Memòria final**



# El Passeig Saludable

El Passeig Saludable és una activitat que està organitzada conjuntament pel Servei d'Extensió Universitària i el Servei d'Educació Física i Esports de la Universitat de València, oberta a tota la societat valenciana encara que principalment participen estudiants i estudiantes del Programa Universitari per a Persones Majors de 55 anys, La Nau Gran. Al programa assisteixen persones amb ganes d'aprendre i de continuar creixent en un entorn universitari real i en el qual poden participar activament en el món dels coneixements, la cultura, la recerca i el debat.

Coincideix amb la celebració del Dia Internacional de les Persones Majors, fixat per al dia 1 d'octubre per l'Assemblea General de l'Organització de les Nacions Unides el 14 de desembre de 1990. És ja sens dubte una de les cites lúdico-esportives ineludibles de la ciutat de València. Aquest any en el Passeig Saludable ha participat un gran nombre de persones:

**1177 participants**

El Passeig Saludable conjuga les **3S**

El Passeig és **solidari, saludable i sostenible.**

# El recorregut

Les persones participants en el Passeig Saludable caminen 3,5 km per diversos jardins públics de la ciutat de València. La marxa comença a les 10:00 del matí en el Jardí Botànic de la Universitat de València.



Després travessa el Jardí de les Hespèrides, el llit del riu Túria i els Jardins de Viviers.

Finalitza en la Plaza Darwin del Rectorat de la Universitat de València on les persones participants gaudeixen juntes d'un esmorzar saludable.



# Solidari

El Passeig Saludable té un marcat caràcter solidari. La major part de les taxes d'inscripció es destinen a una ONG, fins al moment, les ONGs amb les quals hem col·laborat són:

- ❖ **2010 Aspanion (Associació de pares de xiquets amb càncer)**
- ❖ **2011 Unicef (Fons de les Nacions Unides per a la Infantesa)**
- ❖ **2012 Casa Caritat**
- ❖ **2013 Casa Caritat**
- ❖ **2014 Save the children**
- ❖ **2015 ACNUR (Agència de l'ONU per als Refugiats)**
- ❖ **2016 CEAR (Comissió Espanyola d'Ajuda al Refugiat)**
- ❖ **2017 FEDER (Federació Espanyola de Malalties Rares)**





La **Federació Espanyola de Malalties Rares (FEDER)** és l'organització de referència de les malalties rares en Espanya. Aquesta organització uneix a tota la comunitat de famílies amb malalties rares, fent visibles

les seues necessitats comunes i proposant solucions per millorar la seua qualitat de vida, representant els seus interessos, defensant els seus drets i promovent millores concretes per aconseguir la seua plena inclusió social.



# Saludable





Caminar amb regularitat enforteix el cor i redueix el risc de



patir malalties com la diabetis o l'osteoporosi. També ajuda a tindre el pes controlat i tonifica les cames, els braços i els abdominals. Caminar és un exercici perfecte que augmenta la nostra energia i el nostre benestar. I si, a més, es fa en bona companyia, millor encara. Juntament amb

l'esport i la vida activa, cuidar l'alimentació és fonamental. Per això, en el Passeig Saludable oferim un esmorzar saludable que ajuda a totes les persones participants a reposar les seues forces després d'una llarga caminada.

# Sostenible

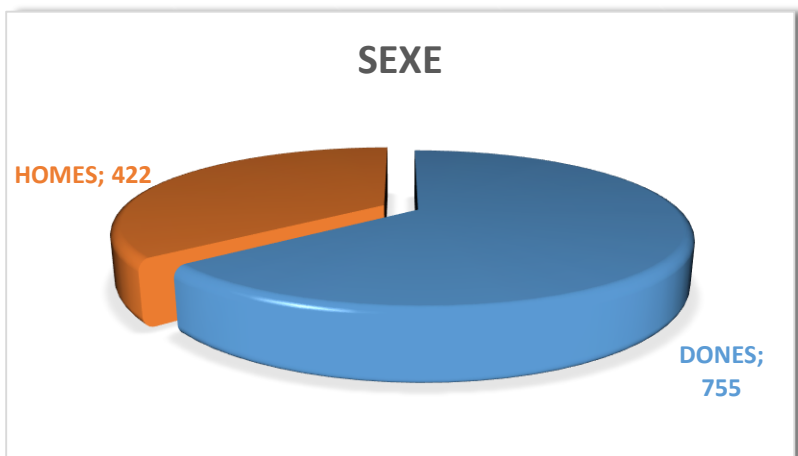
El Passeig Saludable és una activitat no agressiva amb el medi ambient i amb les persones. Intentem utilitzar materials que estan en sintonia amb les directrius europees en matèria ecològica, i fem apreciar entre els participants la importància de conservar el medi ambient fent-los admirar els jardins de la ciutat de València. El passeig és reconfortant perquè es camina parlant amb amics, companys, familiars i ens permet gaudir de la naturalesa.



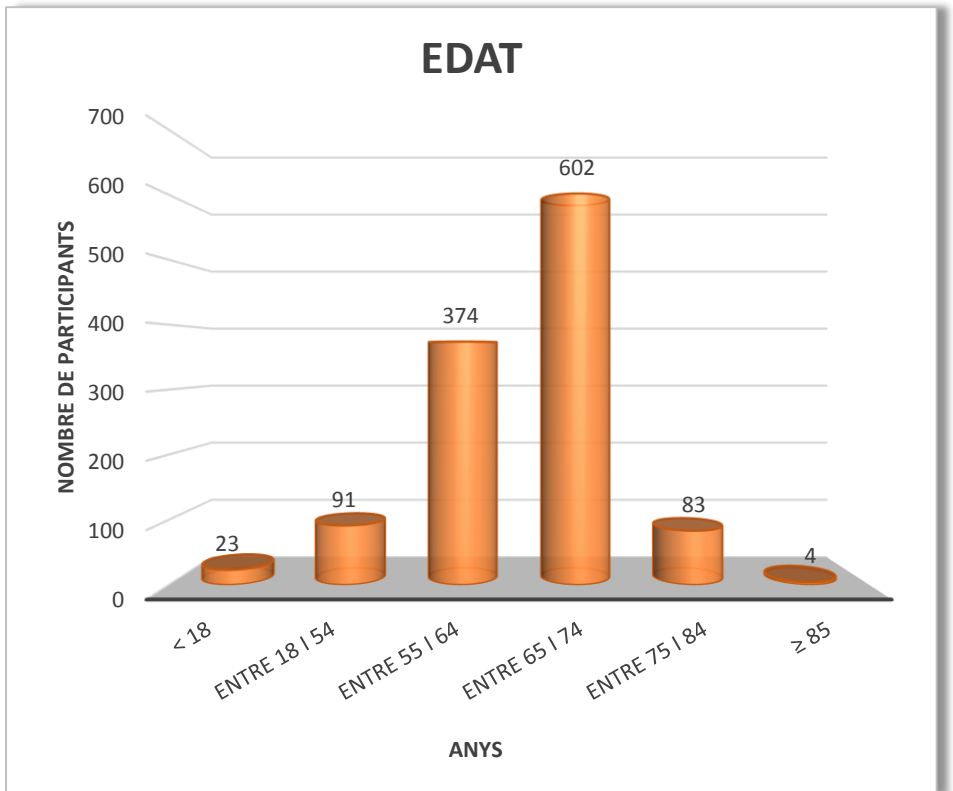


# El Passeig en xifres

En el 8é Passeig Saludable han participat 1177 persones: 755 dones i 422 homes.



Les dones han representat el 64,15% de les persones participants els homes el 35.85%.



La meitat de les persones que han participat - aproximadament un 52%- tenen edats compreses entre els 65 i els 75 anys, franja d'edat que coincideix amb l'edat de la majoria de l'alumnat del programa La Nau Gran.



# Difusió

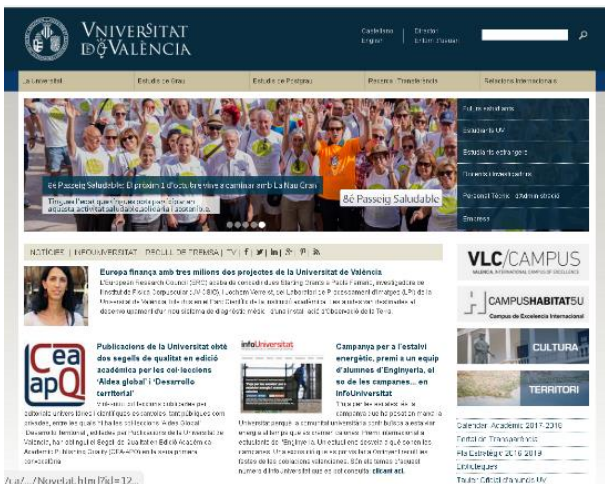


Cartell

Samarreta



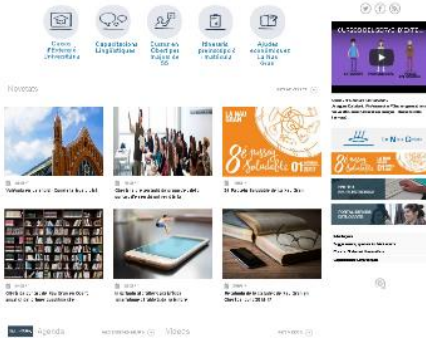
# Pàgines web i xarxes socials



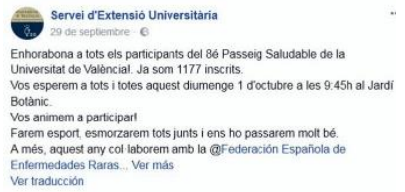
Pàgina web principal de la Universitat de València



Agenda de la Universitat de València



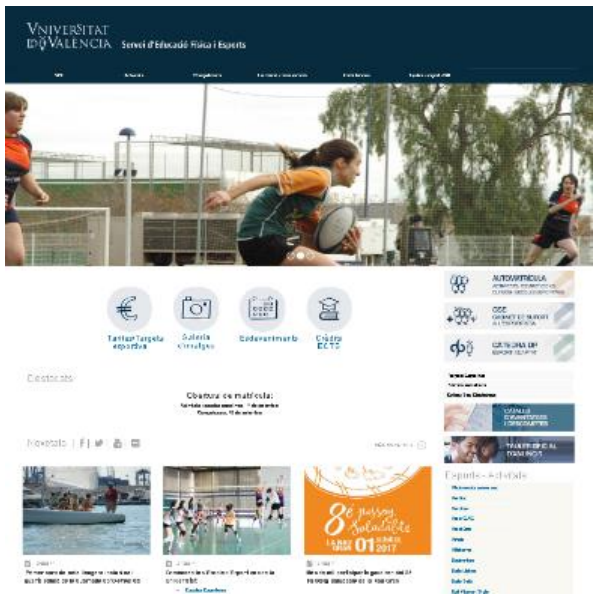
Pàgina web SEU



Facebook SEU



Twitter SEU



Pàgina web SEF



Twitter SEF



Facebook SEF

# Mitjans de comunicació

València

POR  
**Barrios**



CUÉNTANOS LO QUE  
TE IMPORTA  
valencia@epi.es



Miles de asistentes se unen al comienzo de la actividad que empezó en el Jardí Botànic

## Más de mil personas caminan por la solidaridad

► La 8.ª edición del Passeig Saludable para personas mayores donó 3.000 euros a la Federación Española de Enfermedades Raras

Clutat

SANDRIA URBINA VALÈNCIA

► Más de mil mujeres y hombres (1.177) mayores de 55 años decidieron en la mañana de ayer dejar su sillón para caminar durante media hora en un paso activo, pero tranquilo, con el que recorrieron el Antiguo Cauce del Río Turia que incluye, además, un paseo por dos de los jardines más emblemáticos de la ciudad de València: el Jardí Botànic y el de Viveros.

Esta marcha respondía a la octava edición del Passeig Saludable que, desde hace casi una década, organiza la Nau Gran de la Universitat de València, el programa de formación para mayores de 55 años que les anima a seguir activos y les recuerda que la edad es sólo un número.

Entre los asistentes también se veían rostros infantiles. Y, es que, aunque se trata de un acto conmemorativo del Día Internacional de las Personas Mayores, muchos decidieron realizar los casi 4 kilómetros de caminata con sus nietos y sobrinos.

Todo aquel que participó en la carrera efectuó un pago de 5 euros



Recorrido por el Antiguo Cauce del Río Turia. EDUARDO RIPOLL

si iba en solitario, y si acudía en familia y en el caso de ir en grupo. «Es un pago simbólico con el que poder donar parte de la recaudación a una asociación», asegura Amparo Pérez, directora del Servei d'Extensió Universitària.

Este año, la Federación Española de Enfermedades Raras (Feder) fue la organización que recibió los 3.000 euros recaudados. Juan Carlos González Coll, delegado de Feder en la Comunitat Valenciana

aplaudió el gesto de solidaridad. «Las personas que sufren enfermedades raras tienen que padecer, además, el desconocimiento de los médicos, por consiguiente, la falta de diagnóstico y tratamiento, que empeora drásticamente su situación. Este tipo de actos los visibiliza y hace mucho por ellos», señalaba el delegado.

En los dos años posteriores, las asociaciones beneficiarias de la donación fueron CEAR y ACNUR, con



Los asistentes disfrutaron de su almuerzo tras la caminata. EDUARDO RIPOLL

el fin de dar a conocer la situación de los refugiados, señalaba Pérez.

Sin embargo, este año decidieron volver a la temática que caracteriza la donación de la Nau Gran. «Lo que se busca es recuperar el ciclo de la vida. Que sean los mayores, con sus pasos, los que den oportunidades a los más pequeños», asegura Ramón López, vicerrector de la Universitat de València, quien propuso a Feder como beneficiaria. Tras la caminata, los miles de asis-

terentes pudieron disfrutar de un merecido almuerzo saludable que les ofrecieron al final del recorrido, en la plaza Darwin del restorador de la Universitat de València. Este almuerzo había sido donado por empresas como Consum o Peras de Rincón de Soto. Además, la comida restante fue donada a Casa Caridad.

[www.levante-emv.com](http://www.levante-emv.com)

Búscate en nuestra web

GALERÍA DEL PASSEIG SALUDABLE EN NUESTRA WEB

Levante, 2 d'octubre de 2017



## Universitat de València

## VALENCIA 30

La Universitat de València celebró ayer miércoles, 20 de septiembre, el Día Internacional del Deporte Universitario (IDUS). Medio millar de estudiantes y trabajadores participaron en las más de 60 actividades físico-deportivas que tuvieron lugar en los tres campus y en instalaciones externas, como el surf en la playa de la Malvarrosa y fluvial en la Marina Real. Una jornada que además se sirvió para inaugurar a lo grande el curso deportivo.

Organizado por el Servei d'Educació Física i Esports (SEFUV), el IDUS resultó todo un éxito de participación y acogida. Su objetivo es garantizar y preservar, para los estudiantes y los ciudadanos, las actividades y programas deportivos en las instituciones de enseñanza superior, afín de promover la educación física y sus vitales contribuciones a estilos de vida sanos, a la no discriminación, la igualdad de género, la inclusión social, la integridad y a una ciudadanía socialmente responsable.

Los participantes disfrutaron de una jornada completa, mañana y tarde, en que la actividad física saludable fue la protagonista. A las 8 horas, arrancó el IDUS en el Campus de Burjassot-Paterna con la primera sesión de musculación. A lo largo del día y en diferentes instalaciones del campus se desarrollaron actividades, como shiatsu, yoga, capoeira, zumba, taichí, pilates, danza oriental, aikido, bachata o spinning, por ejemplo.

A las 10:00 horas, comenzó la jornada en el Campus de Tarongers,

## El deporte invade el campus universitario

Medio millar de estudiantes participaron ayer en los tres campus en el Día Internacional del Deporte Universitario



La jornada contó con numerosas actividades. 30

donde los asistentes hicieron relajación con técnicas de kinomichi; baloncesto fluyente y dinamismo; tenis; voleibol...; practicaron el tiro con

arco, defensa personal femenina, pilates y voley-playa, entre otras muchas actividades. El último en sumarse a la fiesta del deporte universitario fue el Campus de Elisaco.



Formando voluntarios. 30

## Vuelven los cursos de voluntariado

## VALENCIA 30

La Universitat de València abre mañana viernes, 22 de septiembre, la matrícula de cursos de formación de voluntariado deportivo del Servei d'Educació Física i Esports (SEFUV) del primer cuatrimestre a través de su página web. El SEFUV retoma así la formación de voluntarios deportivos que ofrece desde hace varios años a estudiantes de la Universitat de València.

A través del voluntariado, el alumnado universitario podrá involucrarse en los distintos eventos deportivos de la ciudad de Valencia y en las competiciones que organiza la Universitat. La formación incluye sesiones explicativas teóricas y, posteriormente, se participará en un evento de diferentes puestos, de acuerdo con las necesidades de la competición. Los voluntarios más competentes en fútbol, desde los más populares, hasta los grandes de carácter internacional, como carreras populares, marchas ciclistas, vela a vela o exposiciones.

## Abierta la inscripción en el 8º Paseo Saludable

La actividad, abierta a todos, se celebrará el 1 de octubre con un recorrido de 3,5 kms

## VALENCIA 30

La Universitat de València ha abierto la inscripción para participar en la octava edición del Paseo Saludable de La Nau Gran el próximo 1 de octubre, una iniciativa organizada por el Servei d'Educació Física i Esports de la Universitat que ya ultimó los detalles de esta convocatoria con la distribución, desde hoy jueves, de las camisetas conmemorativas a las personas inscritas.

Se trata de una actividad saludable, solidaria y sostenible abierta tanto a la comunidad universitaria como al resto de la sociedad valen-



La marcha es apta para todas las edades. 30

cinca, sin límites de edad. A través la web [www.uv.es/ocasion8](http://www.uv.es/ocasion8) los interesados encuentran toda la información sobre la condición de la inscripción, abierta a partir del próximo día 27 y cómo realizarla.

A partir de las 10:00 horas del domingo, se iniciará el recorrido de 3,5 kilómetros por el cauce del río Turia, desde el Jardí Botànic hasta la playa Darwin del Recinto de la Universitat. Una vez alcanzada la meta, los participantes disfrutarán de un almuerzo saludable y a su entrega del cheque solidario a los responsables de la Federación Española de Enfermedades Raras.

## Primer clinic de esgrima adaptada en la Universitat

## VALENCIA 30

La Universitat de València, a través del Servei d'Educació Física i Esports, acoge el próximo sábado, día 23, el primer clinic de esgrima adaptada organizado por el Comité Paralímpico Español (CPE), con el apoyo de la FTA y la colaboración de FEFA y del Club de Esgrima Mediterráneo de Valencia. El clinic tendrá lugar en el Pabellón Universitario del Campus de Burjassot-Paterna, de 9:30 a 13:30 horas. Dirigirá el encuentro Javier García, entrenador nacional de esgrima del Club de Esgrima Mediterráneo de Valencia y seleccionador de la UV.



Superdeporte 21 de setembre de 2017



# COL-LABORADORS

Gràcies als nostres col·laboradors es fa realitat el seu caràcter saludable, solidari i sostenible. Sense ells cap dels passejos saludables realitzats fins ara hauria estat possible.









---

la **Nau Gran**

VNIVERSITAT Đ VALÈNCIA

VNIVERSITAT  
Đ VALÈNCIA

Vicerektorat de Polítiques  
de Formació i Qualitat Educativa



**Servei d'Extensió Universitaria**



**Servei d'Educació Física i Esports**