



fundación  
**csai**



# PATIOS ABIERTOS

---

## EN PLAN BIEN

Con la colaboración de:



中国三峡（欧洲）有限公司  
China Three Gorges Europe



fundación  
**csai**



# CRECER SANOS Y SANAS ES UN DERECHO

# PATIOS ABIERTOS

---

## EN PLAN BIEN



## ¿QUÉ ES PATIOS ABIERTOS EN PLAN BIEN?

‘Pacios Abiertos En Plan Bien’ es un programa de promoción de la salud y de estilos de vida saludables para la infancia, que tiene como objetivo dinamizar los patios e instalaciones de los **centros educativos o socioeducativos** en horario no lectivo para garantizar una oferta de actividades extraescolares que impulsen una transformación saludable de los estilos de vida de **niños, niñas y adolescentes y sus familias en entornos de mayor vulnerabilidad**.

El programa impulsado y coordinado por el Alto Comisionado contra la Pobreza Infantil, en colaboración con la Fundación CSAI del Ministerio de Sanidad, se integra en el **Plan Estratégico Nacional para la Reducción de la Obesidad Infantil (2022-2030)** y en la **Estrategia de Salud Pública 2022**. Su puesta en marcha se articula mediante la colaboración con Ayuntamientos, con los que se seleccionan los centros donde se va a desarrollar el programa.

### OBJETIVOS DEL PROGRAMA

1. Fomentar los estilos de vida saludables de forma integral (alimentación, actividad física y bienestar emocional) en la población infantil.
2. Aumentar la oferta de ocio educativo de calidad en horario no lectivo en entornos educativos vulnerables.
3. Reducir el exceso de peso y mejorar la calidad de vida de la población infantil a corto y a largo plazo.
4. Reducir las desigualdades sociales en salud y bienestar.



### PROPUESTAS DE ACTIVIDADES

- Actividades dinamizadas deportivas, artísticas, lúdicas y de ocio activo que aumenten el ejercicio aeróbico moderado de niños, niñas y adolescentes, promoviendo el conocimiento de la mayor cantidad de propuestas para que puedan descubrir sus intereses y gustos. En algunos casos, y según las necesidades detectadas podrán incluirse meriendas saludables.
- Talleres y charlas de promoción de estilos de vida saludables dirigidas a niños y niñas, que podrán abordar temas como cocina saludable, bienestar emocional, etc.
- Talleres para familias y comunidades educativas sobre estilos de vida saludables, que incluirán información y orientación práctica sobre cómo incorporar en la vida cotidiana los estilos de vida saludables, por ejemplo, actividad física en familia, compra, cocina y alimentación saludable y parentalidad positiva y bienestar emocional.

