



### **CONSIDERANDO que:**

- El fomento de la actividad física y la adopción de un estilo de vida activo por parte de todas las personas es una de las claves para garantizar el bienestar y una mejor calidad de vida desde la infancia hasta la vejez.
- La práctica insuficiente de actividad física es un problema de salud pública de primera magnitud, que representa un gran coste en términos de pérdida de calidad de vida y de gastos de atención sanitaria y social.
- El sedentarismo es una característica propia de las sociedades modernas, por lo que, recuperar un estilo de vida activo e integrarlo en nuestra vida cotidiana es un reto extraordinariamente complejo porque requiere un profundo cambio cultural.

### **COMPARTIMOS la voluntad de:**

- Promover las acciones necesarias para generar un profundo cambio cultural que nos permita recuperar nuestro estilo de vida activo, e impulsar todo tipo de acciones que favorezcan la práctica de actividad física
- Fomentar que las personas se mantengan suficientemente activas durante toda la vida.
- Trabajar de forma asociada y participativa con todas las instituciones, organizaciones, entidades y movimientos sociales con capacidad de influir en la población para fomentar un estilo de vida activo de las personas.

## **Por todo lo anterior, MANIFESTAMOS nuestra adhesión a la Declaración de Galicia Saudable y nos COMPROMETEMOS a:**

- 1. Participar activamente en el Plan Galicia Saudable** e integrarnos en la red de actores institucionales y sociales constituida con el objetivo de fomentar un estilo de vida activa en la población de Galicia.
- 2. Colaborar e interactuar con otros actores institucionales y sociales en la** puesta en marcha de actividades dirigidas al fomento de la actividad física entre los diferentes grupos de la población gallega.
- 3. Apoyar e impulsar las actividades que se desarrollen en el marco del Plan Galicia Saudable,** y poner a disposición de esta iniciativa nuestras redes y recursos para potenciar su difusión e impacto
- 4. Contribuir al desarrollo del Portal Galicia Saudable (<http://galiciasaudable.xunta.es>)** y de la aplicación GaliciActiva (<http://galiciactiva.xunta.es>), y participar en la elaboración de un inventario detallado de las instalaciones y espacios, actividades y servicios que tenemos en el territorio de Galicia para la práctica regular de actividad física.
- 5. Tener presente en nuestras decisiones y actuaciones la importancia de fomentar y facilitar las oportunidades** para que las personas puedan gozar de un estilo de vida físicamente activo y, al mismo tiempo, adoptar medidas positivas para promover la práctica regular de actividad física saludable en el seno de nuestra organización.

Firma

Nombre **GREGORIO VARELA MOREIRAS**

Cargo **PRESIDENTE**

En representación de **FUNDACIÓN ESPAÑOLA  
(nombre de la entidad) DE LA NUTRICIÓN (FEN)**