



Me Muevo: Empoderamiento de la infancia en su movilidad diaria

El [proyecto MARES](#), en colaboración con Me Muevo, agrupación de entidades cercanas a la Economía Social y Solidaria ([Bicisalud](#), [Bicillecas](#), [Cicloescuela](#), [Espacio Rojo](#) y la [cooperativa Goteo](#)) organizan el taller piloto de empoderamiento de l@s nin@s en su movilidad diaria a pié, en bici y en transporte público, proporcionando claves y asesoramiento para moverse de forma autónoma a sus actividades escolares y extra-escolares. Promover la movilidad activa tiene enormes ventajas para niñ@s y adolescentes: les facilita el acceso a la ciudad de forma autónoma;

favorece el ejercicio físico integrado en su día a día; y contribuye al equilibrio emocional y a tener una mayor capacidad de concentración.

“Me muevo” pretende fomentar una nueva cultura de la movilidad, contribuir a las tareas de conciliación familiar, aliviando la presión en las tareas de cuidados, ejercidas por sus madres y padres y siempre más en coche. De esta forma se reducen desplazamientos; contribuyendo a evitar traslados motorizados, a reducir la congestión viaria, el ruido y el peligro en las calles, y a generar entornos urbanos más amables y saludables.

Además, el pasaje de la niñez a la adolescencia es cuando se establecen las pautas de movilidad que pervivirán en el futuro. Por eso, resulta tan importante favorecer, normalizar y acercar la movilidad sostenible a niñ@s y adolescentes.

DIRIGIDO A

25-30 participantes.

Alumnos de primaria y secundaria entre los 10 y 12 años.

Para generar impacto en las rutinas de la movilidad diaria de los niños y niñas, se invita a la participación de madres, padres y comunidad educativa en el taller Me Muevo.

PROPUESTA FORMATIVA

La metodología en la que se basa Me muevo es la de “learning by doing” (aprendizaje mediante la práctica). Proponemos un taller dinámico, donde los participantes son los protagonistas de la sesión y de su propio proceso de aprendizaje. Las actividades orientadas a la práctica; combinan momentos dentro de un aula y en el entorno cercano a los centros. Trabajaremos entre otras competencias: la orientación y la atención, el

trabajo en equipo, la exploración del territorio, la destreza física, la capacidad de planificación y puesta en marcha de iniciativas, etc. Todas ellas conforman herramientas de gran utilidad para la vida.

ACTIVIDADES

1ª sesión 4,5 horas. Reconocimiento del territorio: Orientación y atención a través de la creación de vínculos con el territorio. Mapeo, registro audiovisual y elaboración de rutas al cole en movilidad activa.

2ª sesión 3 horas. Rutas al cole: Cambios de rutina, movilidad activa en grupos en los desplazamientos desde y hacia al centro educativo. Trabajo de destreza ciclista, a pie y en transporte público.

3ª sesión 1,5 horas. Celebración. Captura de aprendizajes y plan de continuación de las rutas de movilidad activa al cole.

MARES

La iniciativa Me Muevo surge en el seno del programa MARES: un proyecto innovador de transformación urbana a través de iniciativas de la economía social y solidaria en las áreas de Movilidad, Alimentación, Residuos, Energía y Cuidados. Promueve la creación de empleo de cercanía y de calidad y otro modelo de ciudad.

Se trata de una propuesta incubada en el Mar de Movilidad de Vallecas.

Más información: <https://maresmadrid.es>

CONTACTO

José de Castro: bicillecas@gmail.com; 665 926 581

Marta Orihuel: martao@goteo.coop; 659 184 559



ME MUEVO

Potenciando la movilidad activa, transformando la ciudad