

MUNICIPIUL BUCUREȘTI
CONSILIUL LOCAL AL SECTORULUI 1

HOTĂRÂRE

pentru aprobarea și implementarea Programului local "Sport și joacă în Capitala Capitalei", prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 1

Văzând proiectul de hotărâre nr. K2-120/23.05.2025;

Având în vedere Referatul de aprobare nr. 12881/23.05.2025 al Primarului Sectorului 1 al Municipiului București, întocmit de Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 1;

Având în vedere Raportul de specialitate nr. M/4581/23.05.2025 al Direcției Generale Management și Operațiuni – Serviciul Juridic, Legislație, Contencios, Raportul de specialitate nr. G/2010/23.05.2025 al Direcției Generale Management și Operațiuni – Compartimentul Buget, Execuție Bugetară, Financiar și Salarizare, și Raportul de specialitate nr. 1670/23.05.2025 al Direcției Generale Comunitate și Politici Publice – Serviciul Educație, Sănătate, Sport din cadrul aparatului de specialitate al Primarului Sectorului 1;

Având în vedere Avizul nr. 122/29.05.2025 al Comisiei pentru activități economico-financiare, buget și finanțe, fonduri europene, mediul de afaceri și transparență financiară, Avizul nr. 101/29.05.2025 al Comisiei de administrație publică locală, juridică, apărarea ordinii publice, respectarea drepturilor și libertăților cetățenilor și patrimoniu și Avizul nr. 44/29.05.2025 al Comisiei de cultură, învățământ, sport, sănătate și culte ale Consiliului Local al Sectorului 1;

În virtutea prevederilor Constituției României;

În conformitate cu prevederile art. 3 alin. (2) din Legea nr. 24/2000 privind Normele de tehnică legislativă pentru elaborarea actelor normative, republicată, cu modificările și completările ulterioare;

Luând în considerare prevederile Legii nr. 273/2006 privind finanțele publice locale, cu modificările și completările ulterioare;

În conformitate cu dispozițiile Legii nr. 98/2016 privind achizițiile publice, cu modificările și completările ulterioare;

Ținând cont de Legea educației fizice și sportului nr. 69/2000, cu modificările și completările ulterioare;

Luând în considerare prevederile Legii asistenței sociale nr. 292/2011, cu modificările și completările ulterioare;

În conformitate cu art. 1, art. 2, art. 10 lit. e) pct. 17 din Anexa nr. 1 la Hotărârea Guvernului României nr. 797/2017 pentru aprobarea regulamentelor - cadru de organizare și funcționare ale serviciilor publice de asistență socială și a structurii orientative de personal, cu modificările și completările ulterioare;

Ținând cont de Strategia națională privind îngrijirea de lungă durată și îmbătrânirea activă pentru perioada 2023-2030, aprobată prin Hotărârea Guvernului nr. 1492/2022, care urmărește creșterea numărului persoanelor vârstnice ce reușesc să trăiască o viață independentă cât mai mult timp posibil pe măsură ce îmbătrânesc, precum și îmbunătățirea accesului la servicii adecvate de îngrijire de lungă durată pentru persoanele vârstnice dependente;

Având în vedere Hotărârea Guvernului nr. 283/2003 pentru aprobarea Programului național Mișcare pentru sănătate;

VIZAT
spre neschimbare
SECRETAR GENERAL

Luând în considerare Strategia locală a Direcției Generale de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 1 privind dezvoltarea serviciilor sociale, aprobată prin Hotărârea Consiliului Local nr. 68/06.03.2020 privind aprobarea Strategiei Structurilor Integrate de Asistență Socială și Asistență Medicală Comunitară- Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 1 și Complexul Multifuncțional Caraiman 2019-2027, ce cuprinde obiectivele și direcțiile de acțiune privind diversificarea serviciilor sociale și asigurarea unei bune funcționări a Direcției de Asistență Socială și Protecția Copilului, Sector 1;

În temeiul prevederilor art. 5 lit. cc), art. 139 alin. (1), art. 166 alin. (2) lit. m) și lit. p) și art.196 alin. (1) lit. a) din Ordonanța de Urgență a Guvernului nr. 57/2019 privind Codul administrativ, cu modificările și completările ulterioare;

CONSILIUL LOCAL AL SECTORULUI 1

întrunit în ședință ordinară

HOTĂRĂȘTE:

Art. 1 - Se aprobă implementarea Programului local *"Sport și joacă în Capitala Capitalei"*, conform Anexei care face parte integrantă din prezenta hotărâre, de către Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 1 în vederea derulării unor activități/programe/ateliere pentru copii/sesiuni de mișcare, oferite seniorilor și copiilor, contribuind astfel la promovarea unui stil de viață sănătos,

Art. 2 - Se aprobă alocarea de către Sectorul 1 al Municipiului București, către Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 1, a sumei de 500.000 lei, necesară implementării programului.

Art. 3 - Obiectivul proiectului este promovarea unui stil de viață activ în rândul cetățenilor Sectorului 1, prin mișcare adaptată și activități sociale care contribuie la menținerea sănătății și a coeziunii sociale, conform Anexei care face parte din prezenta hotărâre.

Art. 4 - (1) Primarul Sectorului 1 și Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 1 vor duce la îndeplinire prevederile prezentei hotărâri.

(2) Serviciul Tehnică Legislativă, Secretariat, Arhivă, Evidență Electorală va asigura comunicarea prezentei entităților menționate la alin. (1), precum și Instituției Prefectului Municipiului București.

Această hotărâre a fost adoptată cu 25 de voturi pentru, 1 abținere înregistrată la voturi împotrivă, în momentul votului fiind prezenți 26 de consilieri locali din 27 de consilieri locali în funcție, astăzi, 29.05.2025, în ședința ordinară a Consiliului Local al Sectorului 1, convocată în temeiul art. 133 alin. (1) din Ordonanța de Urgență nr. 57/2019 privind Codul administrativ, cu modificările și completările ulterioare.

PREȘEDINTE DE ȘEDINȚĂ,
Daniela POPA

CONTRASEMNEAZĂ,
SECRETAR GENERAL
Mirona-Giorgiana MUREȘAN

Nr. 95

Data: 29.05.2025



Anexa la Proiectul de Hotărâre a Consiliului Local al Sectorului

nr. /

ANEXĂ LA HOTĂRÂRE
LOCALĂ

CONSILIULUI
LOCAL AL SECTORULUI 1

Nr.

29 MAY 2025

95

Anexa

PREȘEDINTE DE ȘEDINȚĂ

Daniela Popa

Programul local "Sport și Joacă în Capitala Capitalei"

1. Context și justificare

Activitatea fizică este definită ca orice formă de mișcare a corpului generată de mușchii scheletici, care implică un consum de energie. Aceasta include toate formele de mișcare – exerciții fizice sau sportive, activități recreative, deplasarea între diverse locații, precum și mișcările realizate în cadrul activităților casnice sau profesionale.

Conform Organizației Mondiale a Sănătății (OMS), la nivel global, unul din patru adulți și peste 80% dintre adolescenți nu desfășoară suficientă activitate fizică, ceea ce afectează semnificativ starea lor de sănătate, precum și sistemele de sănătate publică și societatea în ansamblu. Se estimează că, anual, aproape 5 milioane de decese ar putea fi prevenite dacă populația ar fi mai activă din punct de vedere fizic. Persoanele cu un nivel scăzut de activitate fizică prezintă un risc de deces cu 20–30% mai mare decât cele care respectă recomandările minime de mișcare.

În noiembrie 2020, OMS a emis „Ghidul privind activitatea fizică și comportamentul sedentar”, care oferă recomandări clare privind frecvența, durata și intensitatea activităților fizice necesare pentru menținerea unei bune stări de sănătate. Conform acestui ghid, copiii și adolescenții cu vârste între 5 și 17 ani ar trebui:

- să desfășoare zilnic minimum 60 de minute de activitate fizică moderată spre intensă, cu precădere exerciții aerobice;
- să participe la activități care întăresc mușchii și oasele, cel puțin 3 zile pe săptămână;
- să reducă timpul petrecut în comportamente sedentare, în special în fața ecranelor (TV, computer, telefon mobil).

Activitatea fizică regulată s-a dovedit eficientă în prevenirea și gestionarea bolilor netransmisibile, precum afecțiuni cardiovasculare, accident vascular cerebral, diabet zaharat, precum și anumite forme de cancer (sân și colon). De asemenea, contribuie la prevenirea hipertensiunii arteriale, a obezității și are efecte benefice asupra sănătății mintale și calității vieții. În plus, comunitățile mai active fizic utilizează mai puțini combustibili fosili, beneficiază de aer mai curat și de spații publice mai sigure și mai puțin aglomerate.

În România, persoanele vârstnice se confruntă tot mai frecvent cu probleme de sănătate fizică și psihică, cauzate în principal de sedentarism, izolare socială și lipsa unor programe de prevenție adaptate nevoilor specifice ale acestei categorii. În Sectorul 1, o proporție semnificativă a populației este reprezentată de seniori, mulți dintre aceștia confruntându-se cu afecțiuni asociate inactivității fizice: hipertensiune, boli cardiovasculare, diabet, tulburări de mobilitate. În plus, singurătatea și izolarea socială contribuie la declinul sănătății mintale, fiind factori de risc major pentru depresie, anxietate și deteriorare cognitivă.



VIZAT
spre neschimbare
SECRETAR GENERAL

Din experiența acumulată în activitatea cu persoanele vârstnice, precum și din observațiile directe în comunitate, se constată că majoritatea intervențiilor sociale actuale sunt reactive, adresându-se vârstnicilor în etape avansate de vulnerabilitate – când aceștia sunt deja izolați, bolnavi sau dependenți. Deși aceste intervenții sunt necesare, lipsa unor politici preventive coerente generează costuri sociale și economice semnificative pe termen lung.

În acest context, **Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 1** propune o abordare integrată, preventivă și non-farmacologică, menită să sprijine menținerea stării de bine fizice și emoționale a seniorilor. Programul vizează și incluziunea copiilor, întrucât beneficiile activității fizice regulate sunt esențiale în toate etapele vieții.

Activitatea propusă – organizarea de sesiuni de mișcare și joc în aer liber pentru locuitorii Sectorului 1, cu accent pe seniori și copii – este justificată de următorii factori:

- a) Lipsa accesului gratuit sau facilitat la activități fizice pentru seniori;
- b) Riscul crescut de cădere și pierdere a autonomiei la vârstnici, în lipsa unui program de mobilizare fizică;
- c) Necesitatea prevenirii bolilor cronice și menținerii independenței funcționale;
- d) Importanța interacțiunii sociale în prevenirea izolării și în creșterea calității vieții;
- e) Nevoia consolidării dimensiunii preventive în politicile sociale destinate vârstnicilor;
- f) Pentru copii și adolescenți: îmbunătățirea condiției fizice, a sănătății cardio-metabolice, a structurii osoase, a funcției cognitive, reducerea simptomelor de depresie și diminuarea țesutului adipos.

Prin implementarea Programului „*Sport și joacă în Capitala Capitalei*”, se urmărește crearea unui cadru sigur, atractiv și adaptat, în care locuitorii Sectorului 1 – în special copiii și seniorii – să aibă acces la activitate fizică, interacțiune socială, educație pentru sănătate și apartenență comunitară. Această inițiativă contribuie, totodată, la promovarea unui stil de viață activ, la prevenirea izolării și la dezvoltarea unei comunități urbane echilibrate și incluzive.

2. Scopul proiectului:

- a) **Îmbunătățirea calității vieții** locuitorilor Sectorului 1 prin organizarea unor activități fizice structurate, susținere socială și educație pentru sănătate.
- b) **Promovarea unui stil de viață activ și sănătos** în rândul cetățenilor din Sectorul 1, cu un accent special pe seniori și copii, prin programe de mișcare adaptate și activități sociale care să contribuie la menținerea sănătății și a independenței acestora.
- c) **Dezvoltarea coeziunii comunitare** și stimularea interacțiunii între generații prin organizarea de evenimente și ateliere care să implice atât copiii, cât și seniorii, promovând astfel relațiile intergeneraționale.

3. Obiective:

O1: Implicarea locuitorilor Sectorului 1, cu un accent pe seniori și copii, într-un program lunar de mișcare.

O2: Creșterea nivelului de cunoștințe privind nutriția, prevenirea căderilor și igiena vieții pentru cel puțin 80% dintre participanți.



VIZAT
spre neschimbare
SECRETAR GENERAL

O3: Îmbunătățirea stării generale de sănătate și a mobilității pentru cel puțin 60% dintre participanți, în urma evaluărilor medicale.

O4: Combaterea izolării sociale și a sedentarismului în rândul categoriilor vulnerabile (copii, vârstnici), prin facilitarea accesului gratuit la activități recreative și fizice.

O5: Promovarea jocului în aer liber ca alternativă sănătoasă la timpul petrecut în fața ecranelor.

4. Grup țintă:

- a) **Beneficiari direcți:** Seniori și copii
- b) **Beneficiari indirecți:** comunitatea Sectorului 1 al Municipiului București
- c) **Zona de desfășurare:** Parcurile de pe raza Sectorului 1 al Municipiului București (Parcul Herăstrău, Parcul Kiseleff, Parcul Bazilescu, Parcul Floreasca, Parcul Venus etc.).

5. Durata programului:

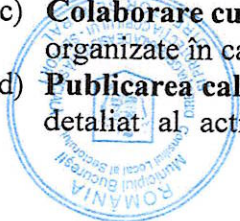
Programul „*Sport și joacă în Capitala Capitalei*” se desfășoară în fiecare weekend, conform calendarului lunar stabilit de către DGASPC. Acest program include o serie de activități recreative și educative organizate în aer liber, în special în parcurile de pe raza Sectorului 1 al Municipiului București.

6. Activități principale:

- a) **Organizarea de ateliere creative, educative și sportive**, incluzând activități precum teatru, pictură și mișcare în aer liber.
- b) **Programe de „joc intergenerațional”**, care presupun ateliere în care bunicii și nepoții participă împreună la diverse activități.
- c) **Exerciții de gimnastică adaptate vârstei**, dansuri și sporturi ușoare pentru îmbunătățirea mobilității și sănătății fizice.
- d) **Jocuri de socializare** și ateliere de memorie și logică, pentru stimularea abilităților cognitive și sociale.
- e) **Relaxare ghidată și respirație conștientă** pentru reducerea stresului și îmbunătățirea stării de bine.
- f) **Festivaluri tematice sezoniere** pentru a încuraja participarea activă a comunității.
- g) **Alte activități recreative și educative.**

7. Planificarea activităților:

- a) **Campanie de promovare:** Distribuirea de afișe, spoturi locale, promovarea pe rețelele de socializare și prin newsletter pentru a atrage participanți și a crește vizibilitatea proiectului.
- b) **Implicarea voluntarilor:** Colaborarea cu elevi, pensionari activi și organizații nonguvernamentale (ONG-uri) pentru sprijinul în desfășurarea activităților.
- c) **Colaborare cu școlile și grădinițele** pentru promovarea și participarea la evenimentele organizate în cadrul Programului.
- d) **Publicarea calendarului activităților:** DGASPC Sector 1 va publica lunar calendarul detaliat al activităților pe site-ul instituției și în locuri vizibile pentru cetățeni,



VIZAT
spre neschimbare
SECRETAR GENERAL

specificând locațiile și programul fiecărei săptămâni, pentru a asigura transparența și accesibilitatea informațiilor.

8. Activități suplimentare pe parcursul proiectului:

- a) **Monitorizarea progresului:** Evaluări periodice pentru a ajusta activitățile în funcție de feedback-ul participanților și nevoile acestora.
- b) **Promovarea programului:** Organizarea de evenimente de promovare și sensibilizare, inclusiv sesiuni de conștientizare pentru seniori, informare în centrele de bătrâni, școli sau instituții locale.
- c) **Colaborare cu parteneri:** ONG-uri, voluntari și autoritățile locale pentru susținerea și extinderea proiectului, în funcție de rezultatele obținute.

9. Implementarea programului:

Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 1 (DGASPC)

10. Buget estimativ: 500.000 lei privind organizarea evenimentelor în parcurile din Sectorul 1 al Municipiului București. Defalcarea bugetului pe tipuri de cheltuieli necesare implementării programului sa va face în funcție de calendarul de activități stabilit.

11. Parteneri potențiali:

- a) Primăria Sectorului 1
- b) Direcția de Utilități Publice, Salubritate și Protecția Mediului Sector 1
- c) ONG-uri și asociații (Organizații non-guvernamentale și asociații care activează în domeniul social și cultural)
- d) Parteneri/furnizori de servicii din sectorul cultural și creativ
- e) Instituții educaționale (școli, grădinițe și universitățile locale)
- f) Asociații de seniori și centre comunitare
- g) Studenți voluntari (Voluntari din cadrul facultății de sport pentru a sprijini desfășurarea activităților)

12. Rezultate așteptate:

- a) **Creșterea participării vârstnicilor la activități de mișcare:** +70% dintre seniori vor participa la activitățile de mișcare organizate.
- b) **Îmbunătățirea mobilității și stării de spirit:** Cel puțin 60% dintre participanți vor înregistra îmbunătățiri semnificative în mobilitate și stare de bine.
- c) **Scăderea percepției de izolare socială:** Reducerea sentimentului de izolare socială în rândul participanților, în special în cazul seniorilor.
- d) **Model reaplicabil în alte comunități:** Crearea unui model de succes care poate fi aplicat și în alte sectoare sau orașe.
- e) **Creșterea participării copiilor la activități în aer liber:** Creșterea cu cel puțin 30% a frecvenței participării copiilor la activități fizice și de socializare în aer liber.

Pentru a răspunde nevoilor unei comunități urbane moderne și echilibrate, este esențială reorientarea politicii sociale de la intervenția reactivă la prevenția activă, cu un accent pe educație, mișcare, relaționare și implicare comunitară.

VIZAT
spre neschimbare
SECRETAR GENERAL



Această abordare nu doar că va contribui la formarea unui stil de viață sănătos pentru copii, dar va sprijini și vârstnicii, ajutându-i să mențină autonomia și calitatea vieții la vârste înaintate.

13. Slogan: „*Sport și joacă în Capitala Capitalei!*”

14. Etapele implementării proiectului:

A. Identificarea nevoii:

- Observarea directă sau analiza datelor privind sănătatea seniorilor și copiilor în comunitate.
- Documentarea beneficiilor mișcării ca formă de prevenție.

B. Elaborarea propunerii: Definirea scopului, obiectivelor și activităților proiectului, astfel încât acestea să răspundă nevoilor identificate ale beneficiarilor.

C. Promovare și mobilizare:

- Crearea materialelor informative și distribuirea acestora în comunitate.
- Promovarea proiectului în mediile adecvate seniorilor, prin afișe, pliante și evenimente comunitare.

D. Evaluare și raportare:

- Colectarea de feedback și evaluări de la participanți și specialiști.
- Analiza datelor pentru a măsura impactul proiectului.
- Redactarea unui raport final care va include recomandări pentru extinderea sau replicarea proiectului.

VIZAT
spre neschimbare
SECRETAR GENERAL

