



[Ampliar imagen](#)

Un año más, la concejalía de Participación Ciudadana del Ayuntamiento de Adra ha puesto en marcha desde la semana pasada, una serie de Talleres Municipales destinados a los mayores del municipio. En total más de 200 mayores de Adra y las barriadas de La Curva, La Alquería y Puente del Río, disfrutaron todas las semanas y hasta el mes de junio del año que viene, de gimnasia de mantenimiento, pintura al óleo y bolillo.

Desde la pasada semana están en marcha 4 talleres de gimnasia de mantenimiento en el casco urbano de la ciudad, que se imparten en el Pabellón de Deportes y en el Edificio Plaza, así como otros tres talleres en La Curva, La Alquería y Puente del Río. A esto hay que sumar, pintura al óleo y bolillo, que se imparten en el Edificio Plaza, que al igual que la gimnasia de mantenimiento, es dos veces por semana, con cuatro horas semanales en total.

Para comenzar el curso 2013-2104 y como una de las primeras actividades de los talleres municipales, ayer por la mañana un grupo de 55 mujeres realizaron una sesión de gimnasia de mantenimiento en la playa de San Nicolás, donde llevaron a cabo ejercicios físicos tanto por la playa como por el paseo marítimo.

Según el concejal de Participación Ciudadana del Ayuntamiento de Adra, Moisés Linares, ha

destacado la “buena aceptación que han tenido estos talleres, un año más, con los que volvemos a conseguir los objetivos que nos marcamos en esta área, que no eran otros que dar respuesta a la demanda de nuestros mayores para ofertarles estos talleres que les proporcionan diversión, entretenimiento y deporte. Se trata de talleres para mayores que ya están muy consolidados y afianzados desde hace muchos años. Son talleres que tienen una serie de beneficios para la salud de las personas mayores, no sólo en el aspecto físico, sino también en la movilidad y en el aspecto mental”.