



El programa de actividades que se va a desarrollar durante la Semana de la Salud de Adra ya ha sido presentado. Esta semana tendrá lugar del lunes 27 de mayo al domingo 2 de junio y está promovida por el propio consistorio en colaboración con el Servicio Andaluz de Salud. En la presentación, a la que acudió el alcalde de Adra, Manuel Cortés; la concejala de Salud, Concha Reyes; y la directora del Centro de Salud de Adra, Almudena de la Casa, se ha expuesto cada una de las actividades y talleres que se ofrecerán a la ciudadanía para mejorar sus hábitos saludables y estilo de vida.

Manuel Cortés ha recalcado "la importancia que tiene la celebración de la Semana de la Salud por la acogida que tiene entre los abderitanos y abderitanas, ya que "cada vez somos más conscientes de la importancia de prestar atención al cuidado de la salud en nuestro día a día". Por ello ha hecho un llamamiento a la ciudadanía a unirse a estos talleres, al tiempo que ha agradecido a todas las personas y entidades que colaboran y para hacerlo posible.

La Semana de la Salud arrancará el lunes 27 con una jornada dedicada a los más mayores a través del 'Taller de Salud Bucodental en la Tercera Edad', de 10:00 a 11:00 horas en el Centro de Interpretación de la Pesca. A continuación, se impartirá en el mismo lugar otro taller de 'Preservación de Caídas en la Tercera Edad'.

Por su parte, el martes 28 de mayo, de 11:00 a 12:30 horas, en el Paseo Marítimo Levante tendrá lugar una 'Marcha Nórdica', un 'Circuito Saludable' y un 'Desayuno'. Otra de las actividades que se desarrollarán son un 'Taller de Relajación' y un 'Taller de Envejecimiento Activo', en el Centro de Interpretación de la Pesca, el miércoles 29 de mayo de 10:00 a 11:00 horas y de 11:00 a 12:00 horas, respectivamente.

El jueves 30 de mayo, se va a practicar yoga en la Playa de San Nicolás de 10:00 a 12:00 horas; y se hablará de la 'Enfermedad Celíaca y Dieta sin Gluten' en el Centro de Interpretación de la Pesca de 18:00 a 20:00 horas con una conferencia por parte de Isabel Rubio Gómez, médico especialista en Pediatría. Además, se impartirá un taller en el IES Gaviota llamado 'Botella Fumadora' de 10:00 a 12:00 horas.

V Carrera 'Día Mundial Sin Tabaco'

El viernes 31 de mayo, tendrá lugar la V Carrera Popular 'Día Mundial Sin Tabaco', en el Recinto Ferial de 09:00 a 13:00 horas, en las categorías de adulto (5 y 2,5 km.), juvenil (2,5 km.) e infantil (200 m.). En esta jornada se desarrollarán actividades tales como un calentamiento dirigido, una coreografía de Zumba y un desayuno saludable, entre otros. También se realizará una exhibición de distintas Escuelas Deportivas Municipales, con el fin de dar a conocer la variedad de modalidades deportivas que pueden practicarse en el municipio. Por último, el domingo 2 de junio, se hará senderismo por las Lagunas de Archidona, de 07:30 a 16:00 horas, con salida desde la Cruz Roja de Adra.

Adra, 7 de mayo de 2019