



'El Mes de la Salud' del Ayuntamiento de Adra, un proyecto enmarcado dentro del Plan Local de Salud de Adra, que está llevando a cabo el Ayuntamiento de Adra en colaboración con el Distrito Poniente y la Consejería de Salud y Bienestar Social de la Junta de Andalucía, ha finalizado ya y lo hizo ayer con la última de las actividades programadas como fue la charla-conferencia sobre los beneficios de la actividad física, impartida en el Centro de Interpretación de la Pesca por Antonio Casimiro Andújar.

El balance de este 'Mes de la Salud' no puede ser más positivo. Más de 1.700 personas han participado en las 25 actividades programadas desde el pasado 1 de marzo. Actividades que han ido desde un taller de cocina saludable para niños y adultos hasta un taller de alimentación saludable y cáncer, pasando por la IV Carrera Solidaria 'Save the Children' del IES Abdera, distintas charlas sobre trastornos en la alimentación, prevención de adicciones, hábitos de vida saludables o higiene postural, rutas urbanas a pie, con desayunos y meriendas saludables, tanto por la ciudad de Adra, como por La Alquería, Puente del Río y La Curva, así como dos rutas de senderismo, jornadas de promoción, salud y ejercicio físico y una actividad denominada 'Descubre tu Deporte'. Ha sido un 'Mes de la Salud' donde, por primera vez, las actividades han llegado a las distintas barriadas de Adra y también donde se ha contado con la participación de todos los centros escolares del municipio abderitano.

Según el alcalde de Adra, Enrique Hernando, "el objetivo de fomentar la práctica deportiva, sea donde sea y para todas las personas, en beneficio de una buena salud y una mejor calidad de vida se ha cumplido con creces con el Mes de la Salud'. Hernando, ha agradecido y destacado "el gran compromiso de toda la sociedad abderitana para la celebración de todas las actividades, a todas las asociaciones, colectivos, centros escolares, trabajadores municipales de varias concejalías, a las distintas administraciones que han colaborado y a todas las personas de Adra que han participado en estas actividades, su colaboración y predisposición para que todo haya sido un éxito. Estamos realmente contentos tanto en la participación como en el objetivo que nos marcamos desde un principio, fomentar la práctica deportiva, en beneficio de una buena salud y una mejor calidad de vida".

Por su parte el concejal responsable del Área de la Salud, Moisés Linares, ha asegurado que "tenemos también el objetivo de la sensibilización y tener una mejor calidad de vida. Por encima de todo está la salud, la vida saludable y antes de ir al médico, hay que prevenir con una mejor alimentación, nutrición y ejercicio físico. Este mes de la salud ha sido un mes más ambicioso en cuanto a actividades que la semana de la salud que preparamos el año pasado y hemos pretendido que todas las personas se conciencien de que el ejercicio físico y una buena alimentación redundan en el beneficio de una mejor salud y creo que lo hemos conseguido, dado el éxito de participación e implicación de la sociedad abderitana en esta edición".