

miércoles 22 de marzo de 2023

Ayuntamiento de Antequera y Corazones Solidarios inician de forma conjunta unos talleres prácticos para fomentar hábitos de vida saludables en escolares

El 28 de marzo comenzará una iniciativa que visitará a los centros escolares de nuestro municipio tratando de promover aspectos básicos para una vida saludable como hacer ejercicio físico, beber abundante agua, llevar a cabo una dieta equilibrada y saludable así como mantener el cerebro activo.



El teniente de alcalde delegado de Deportes, Juan Rosas, y la presidente de la asociación Corazones Solidarios, María Jesús Morales, han presentado hoy en rueda de prensa la propuesta "Pon en Marcha tu Corazón con Hábitos Saludables", nueva iniciativa conjunta entre ambas entidades con el objetivo de promocionar hábitos de vida saludables y hacer frente al sedentarismo en la edad escolar. También han estado presentes el técnico municipal José Francisco Díaz y Puri Gallardo, vocal de Corazones Solidarios.

De hecho, tal y como se ha informado en la rueda de prensa, menos de la mitad de los escolares con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años practican ejercicio físico. Dato preocupante que tratará ahora de ser abordado y corregido a través de una actividad que comenzará el próximo 28 de marzo y recorrerá los centros escolares de nuestro municipio. Concretamente, se trata de unos talleres prácticos e informativos que serán impartidos a escolares de quinto curso de Educación Primaria y tercer curso de Secundaria.

Hacer ejercicio físico, beber abundante agua, llevar a cabo una dieta equilibrada y mantener el cerebro activo son algunas de las recomendaciones que se llevarán a cabo a través de esta actividad, tratando de ser inculcadas en los alumnos. Además, se informará de toda la oferta de actividades deportivas que ofrece el Área de Deportes del Ayuntamiento de Antequera. Además de varios colegios e institutos de nuestra ciudad, esta iniciativa también será llevada a cabo en el CEPER Ignacio de Toledo el próximo 20 de abril.

