SANTA MARTA DE TORMES

La importancia del deporte y la nutrición para una vida sana centran la II Semana de la Salud

Las jornadas incluyen una docena de charlas y talleres prácticos
Las sesiones serán del 26 al 31 en el Edificio Sociocultural

EÑE | SANTA MARTA

La localidad santamartina acogerá del 26 al 31 de mayo la celebración de la segunda edición de la Semana de la Salud que organiza el Consistorio, a través de la Concejalía de Salud. En total, se pondrán en marcha más de una docena de actividades, charlas y talleres, con el objetivo de concienciar a la población de la necesidad de cuidarse y llevar un estilo de vida saludable.

Bajo el lema 'Salud y Deporte', la edil del área, Marta Labrador, afirmó que se se ha elegido este tema porque Santa Marta es una población joven y con muchos clubes deportivos en el municipio. "Buscamos ofrecer pautas de lo que implica el deporte para la salud e informar de los cuidados que debe tener el deportista sobre nutrición, cardiología o entrenamiento".

Asimismo, durante esta semana se prestará especial atención a la importancia de la nutrición y de comer bien para tener una buena calidad de vida, por lo que dentro de la Campaña Nacional sobre Nutrición 'Comer sano es divertido y la obesidad no', se impartirá una charla sobre 'Nutrición y mejora del rendimiento deportivo'.

Además de unas olimpiadas infantiles, entre los temas a debatir estarán la rehabilitación y la fisioterapia en adultos, la menra de realizar un entrenamiento adecuado, los problemas cardíacos que puede conllevar el deporte y el ejercicio físico y la salud, varios talleres prácticos de streching (estiramiento y rendimiento muscular), iniciación a la biodanza y un maratón de zumba.

Ignacio Galán, David Mingo, Marta Labrador y Manuel Conde. | EÑE

Para toda la población

Las jornadas de este año están centradas en la práctica deportiva, y cuentan con la colaboración de los clubes deportivos municipales Unión Deportiva Santa Marta y Club Atletismo Santa Marta, además de la participación del cardiólogo del club de fútbol local, un especialista en medicina deportiva y profesores de las actividades municipales, están abiertas a toda la población interesada. Los vecinos, tanto niños, jóvenes o mayores pueden acudir a los actos, que se celebrarán en el Edificio Sociocultural, salvo las jornadas de puertas abiertas en la Escuela de Atletismo de Santa Marta, que se celebrarán el martes y el miércoles de 18 a 19 horas, en las pistas del colegio Miguel Hernández, y las olimpiadas infantiles con las que se cerrará la Semana de la Salud, que también tendrán lugar en el centro educativo, el sábado 31, a partir de las 11 de la mañana, donde los niños participarán en las pruebas y juegos deportivos centrados en el atletismo y concluirán con un taller de alimentación y un almuerzo saludable para los participantes.

Actuación de teatro para los más pequeños

Los escolares de Infantil de los tres colegios del municipio santamartino disfrutaron de una actuación de teatro adaptada a su edad incluida dentro del programa municipal en el que el Consistorio colabora con los centros educativos. Los más pequeños llenaron el Auditorio Enrique de Sena. | EÑE

CABRERIZOS

Los mayores conocieron la biblioteca con Berta Pallares. | EÑE

Los mayores disfrutan de la biblioteca municipal de la mano de su mecenas Berta Pallares

EÑE | CABRERIZOS

Los mayores de Cabrerizos disfrutaron ayer de una novedosa iniciativa dentro del programa cultural 'Actívate +60' organizado para dinamizar al colectivo, conseguir integrarlo y su participación en las actividades municipales.

Un grupo de vecinos, acompañados por la alcaldesa, Lourdes Villoria, participó en el original paseo por la Biblioteca Municipal de la mano de la mecenas que da nombre al centro, Berta Pallares, que mantuvo un encuentro con los mayores para aficionarlos a la lectura y explicarles el funcionamiento de la biblioteca, los recursos de los que dispone y los fondos que alberga para ellos. Además, contó su relación con el municipio y los miles de volúmenes donados y catalogados que se encuentran en la sala que lleva su nombre.

Cuentacuentos para los alumnos de Infantil. Los escolares de Educación Infantil del CRA La Flecha disfrutaron ayer del cuentacuentos 'El beso de la princesa'. Una actividad incluida en el programa cultural y educativo municipal 'Cabrerizos Educa'. | EÑE

CARBAJOSA DE LA SAGRADA

Nuevas obras del taller de alfarería

Un numeroso grupo de vecinos de la localidad participan en el taller de alfarería siguiendo técnicas artesanales. Los alumnos están aprendido a modelar, utilizar el torno y diversas técnicas de grabado y creando desde vasijas tradicionales a elementos modernos de diseño. El taller está amparado por el Instituto de las Identidades (IDES) de la Diputación de Salamanca. | EÑE