



COMUNICADO

Derechos Sociales

www.malaga.eu

El Ayuntamiento organiza una jornada de actividades en el Parque Huelin para conmemorar el Día Mundial de la Salud

- Una marcha por el paseo marítimo, talleres y una charla con consejos para llevar un estilo de vida saludable conforman la jornada, que se celebrará el próximo lunes 7 de 9:30 a 13:30 horas

Málaga, 4 de abril de 2025.- El Ayuntamiento de Málaga, a través del Área de Derechos Sociales, ha programado para el próximo lunes 7 de abril una jornada de actividades deportivas, talleres y acciones para fomentar los hábitos de vida saludable, con motivo del Día Mundial de la Salud, que se conmemora cada 7 de abril. El evento se desarrollará desde las 9:30 hasta las 13:00 horas en torno al Parque Huelin, que será punto de salida y llegada de una marcha saludable por el paseo marítimo Antonio Machado, además de albergar talleres informativos, una sesión de actividad física y una charla en la que se ofrecerá a la ciudadanía consejos preventivos saludables, de alimentación y ejercicio físico.

1/2

Se trata de una iniciativa impulsada por el Área de Derechos Sociales, para la que se cuenta con el apoyo técnico del Área de Deporte y la colaboración del Instituto de Investigación Biomédica de Málaga (Ibima) y del programa de concienciación ambiental del Ayuntamiento 'Málaga cómo te quiero!'. Esta actividad está enmarcada en el Plan Municipal Málaga Ciudad Saludable, a través del cual se promueven actuaciones relacionadas especialmente con la salud preventiva.

La jornada, bajo el lema 'Cuido mi salud, cuido mi futuro', comenzará con una marcha a pie de cuatro kilómetros de distancia que partirá desde la farola situada en el Parque Huelin y discurrirá por la zona peatonal del paseo marítimo Antonio Machado hasta la altura del Parque del Oeste, desde donde se iniciará el recorrido de vuelta para finalizar nuevamente en el Parque Huelin. A partir de las 9:30 se presentará la actividad y se procederá a realizar los ejercicios de calentamiento, comenzando la caminata a las 10.00 horas. Una vez completada esta marcha, a las 11:30 tendrá lugar una sesión de actividad física y estiramientos dinamizada por personal del Área de Deporte y, posteriormente, a las 12:00 horas la investigadora Almudena Ortega, del Ibima ofrecerán una charla con consejos saludables.



Verifica la información
antes de compartirla

málaga



La jornada concluirá con el reparto a los participantes de una bolsa con material para la promoción de la salud (fruta, gorra y guías didácticas, entre otros). La participación es gratuita, recomendándose la inscripción a través del correo electrónico 'malagasana5@malaga.eu' o los teléfonos 951 929 394 y 951 928 436.

Con la conmemoración de este día, desde el Ayuntamiento se pretende sensibilizar a la población sobre la importancia de llevar un estilo de vida saludable, ya que la falta de ejercicio físico, una alimentación poco equilibrada y hábitos de vida nocivos para la salud son las principales causas de enfermedades como la obesidad y otras desarrolladas a partir de ésta como la diabetes o la hipertensión. Para ello, se invita a la ciudadanía a participar en esta jornada saludable, cuyo objetivo principal es promover hábitos y estilos de vida basados en una alimentación sana y equilibrada, la práctica regular de ejercicio físico, la promoción de ocio alternativo y la importancia de la salud preventiva.

2/2



Verifica la información
antes de compartirla

málaga