

ÁMBITO EDUCATIVO

También se incluye más de una treintena de actividades gratuitas en los centros educativos del municipio, con temáticas que van desde la cocina sana y el bienestar emocional hasta cuentacuentos y prevención de nuevas adicciones, además de un Gran Encuentro de Reanimación Cardiopulmonar para Escolares en el campo de fútbol del municipio, entre otras.



Más información:

Ilustre Ayuntamiento de Santa Úrsula | Área de Servicios Sociales, 922 301 640, ext. 2290, 2248 y 2223.

Estas actividades están enmarcadas en la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud.

La programación podría sufrir modificaciones, de las que se avisaría con antelación en el perfil en *facebook* del Ayuntamiento de Santa Úrsula.

Organizan:

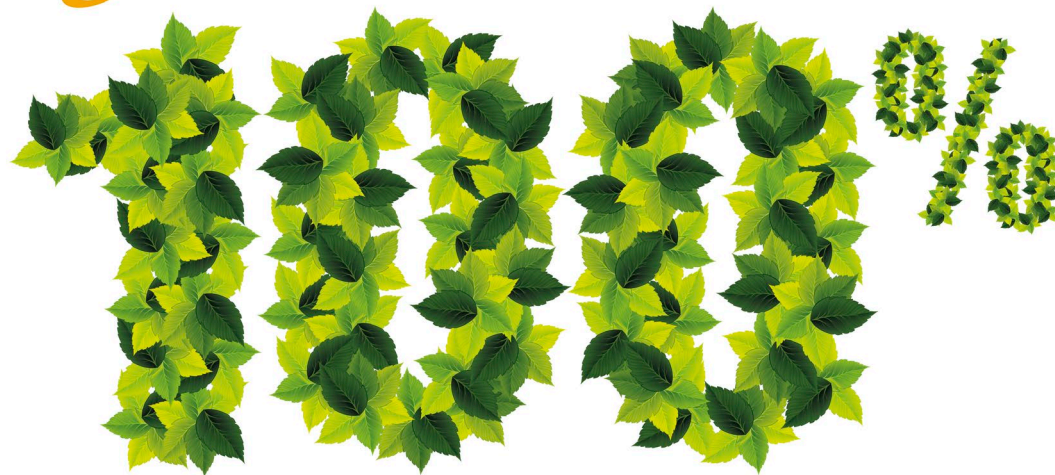


Colaboran:



XXI SEMANA DE LA SALUD DE SANTA ÚRSULA

Santa Úrsula



Bienestar

Del 1 al 7 de abril de 2019

#SantaÚrsula100%Bienestar

Salud es Convivir

ÁMBITO COMUNITARIO

Del 25 de marzo al 12 de abril.

Exposición 'El rastro del tabaco': muestra didáctica sobre la primera causa de muerte evitable en el mundo, el tabaco, que mata a 200 personas al mes en Canarias. Consiste en un llamativo panel de grandes dimensiones que recorre la fascinante y mortífera historia del cigarrillo en nuestra sociedad, desde finales del siglo XIX a la actualidad, destacando sus hitos desde el punto de vista social, científico y de la salud pública.

Recurso creado por: Félix A. Morales, responsable de Concísate.

Lugar: Centro de Salud de Santa Úrsula.

LUNES 1 DE ABRIL

11:00-12:00 horas. Clase de baile 'Moverse no tiene fecha en el calendario', por Solimar Silva, monitora de baile.

Lugar: Club de Mayores El Tinglado-Local Social Cuesta de la Villa.

16:00-18:00 horas. Taller de cocina-Master Class 'Las especias en la cocina sana', por Isabel Alonso, cocinera y responsable del Club MiniChef de El Sauzal.

Lugar: Edificio de Usos Múltiples.

17:30-19:30 horas. Taller de relajación y narración oral en familia 'Tesoros de Oriente', por Laura Expósito y Fabio González (financia Fundación CajaCanarias).

Lugar: Casona San Luis.

18:30-19:30 horas. Charla 'Buenos hábitos para dormir mejor (higiene del sueño)', por Asela Contreras, médico residente del Centro de Salud de Santa Úrsula.

Lugar: Edificio de Usos Múltiples.

MARTES 2 DE ABRIL

10:30-12:30 horas. Taller participativo 'Desayunando al Natural', por Margarita Hernández, responsable de Naturalmente Margui.

Lugar: Edificio de Usos Múltiples.

11:30-12:30 horas; y 12:30-13:30 horas. Clases abiertas de actividad física basada en el método Pilates, por Jorge Pacheco (colaboración entre el Ayuntamiento de Santa Úrsula y Ámate).

Lugar: Pabellón Municipal de Deportes Fernando Luis.

17:00-18:00 horas. Clase de pilates para todas las edades, por Salomé Fernández, monitora deportiva del CD Santa Úrsula Badnor.

Lugar: Edificio de Usos Múltiples.

19:00-20:00 horas. Charla 'Cómo la buena información mejora tu salud', por Lilibeth Perestelo, psicóloga clínica e investigadora del Servicio de Evaluación y Planificación del Servicio Canario de la Salud.

Lugar: Edificio de Usos Múltiples.

MIÉRCOLES 3 DE ABRIL

11:00-12:00 horas. Clase de baile 'Moverse no tiene fecha en el calendario', por Solimar Silva, monitora de baile.

Lugar: Club de Mayores Los Cipreses-Edificio Usos Múltiples.

16:00-18:00 horas. Taller de cocina-Master Class 'Cocina saludable', por Isabel Alonso, cocinera y responsable del Club MiniChef de El Sauzal.

Lugar: Edificio de Usos Múltiples.

19:00-20:20 horas. Charla-taller 'Potenciar la salud emocional: herramientas de gestión emocional para la vida cotidiana', por Juani Mesa, psicóloga, doctora en Psicología Educativa, docente y sexóloga.

Nota: se recomienda llevar ropa cómoda y calcetines.

Lugar: Edificio de Usos Múltiples.

JUEVES 4 DE ABRIL

11:00-12:00 horas. Clase de baile 'Moverse no tiene fecha en el calendario', por Solimar Silva, monitora de baile.

Lugar: Club de Mayores La Cequia-Local Social Plaza de la Corujera.

12:30-13:30 horas. Clases abiertas de actividad física basada en el método Pilates, por Jorge Pacheco (colaboración entre el Ayuntamiento de Santa Úrsula y Ámate).

Lugar: Pabellón Municipal de Deportes Fernando Luis.

16:00-17:00 horas. Charla-taller 'Fisioterapia para embarazo, parto y posparto', por Cristina García y Miriam Afonso, fisioterapeutas del Centro de Fisioterapia Santa Úrsula.

Lugar: Edificio de Usos Múltiples.

17:00-18:00 horas. Clase de pilates para todas las edades, por Salomé Fernández, monitora deportiva del CD Santa Úrsula Badnor.

Lugar: Edificio de Usos Múltiples.

17:30-19:30 horas. Taller de relajación y narración oral en familia 'Tesoros de Oriente', por Laura Expósito y Fabio González (financia Fundación CajaCanarias).

Lugar: Casona San Luis.

19:00-20:00 horas. Charla 'De Tenerife al techo del mundo: espíritu aventurero, perseverancia y buenos hábitos', por Juan Diego Amador, geógrafo, profesor y alpinista, primer canario en coronar un ochomil, único en subir al Everest y cuarto español en lograr las Siete Cimas.

Lugar: Edificio de Usos Múltiples.

VIERNES 5 DE ABRIL

12:30-13:30 horas. Taller de relajación, por Nieves Expósito, enfermera del Centro de Salud de Santa Úrsula.

Lugar: Edificio de Usos Múltiples.

20:00 horas. Gala del Deporte de Santa Úrsula. Pabellón Municipal de Deportes Fernando Luis.

SÁBADO 6 DE ABRIL

11:00 horas. Espectáculo infantil 'Amigos muy amigos', por la compañía Tragaluz (colaboran el área de Bibliotecas y la Red de Espacios Escénicos del Cabildo de Tenerife).

Lugar: Biblioteca Municipal.

19:30 horas. Carrera nocturna solidaria (a beneficio de la Asociación Española contra el Cáncer). **Salida y llegada:** Plaza de Santa Úrsula y entorno.

DOMINGO 7 DE ABRIL

10:00-14:00 horas. Feria de la Salud y la Convivencia.

Lugar: Explanada de aparcamientos junto al supermercado Lidl.

Habrá múltiples puestos de gran interés social, educativo, de promoción de la salud y de la actividad física, así como talleres, actividades para todas las edades, sorpresas y un espectáculo infantil.

A las 12:30 horas, actuará Petite Lorena (actriz y humorista).

Participan: Proyecto Guata, Cruz Roja, Ámate, AECC, RCP Tour/Cardiolatidos, Biblioteca, Ludoteca y área de Igualdad, área de Juventud, área de Medioambiente, Ecoembes, Hey Participa, asociaciones El Chapatal, Seña, Las Dos Toscas, Micheque y Adila, colegios Santa Úrsula, San Fernando y La Corujera, Centro de Fisioterapia Santa Úrsula, Dental Álvarez, clubes Bentor, Badnor y A todo gas y Hara Sport.