

El Sauzal

XVII Semana de la Salud

Del 5 al 10 de abril de 2021



Programa de actividades

PARA EL PÚBLICO EN GENERAL

LUNES 5 DE ABRIL

- De 17.00 a 18.00 horas, en el pabellón *Paulino Rivero Baute* de Ravelo, **Clase de spinning** impartida por *Zona Fitness* (inscripción previa en el 625 069 431). Actividad gratuita. Aforo limitado.

MARTES 6 DE ABRIL

- De 17.00 a 18.00 horas, en el pabellón *Paulino Rivero Baute* de Ravelo, **Sesión de step-gap** impartida por *Zona Fitness* (inscripción previa en el 625 069 431). Actividad gratuita. Aforo limitado.

MIÉRCOLES 7 DE ABRIL

Día Mundial de la Salud

- A las 09.00 horas, desde el Consultorio Médico del casco, **Senderismo por la costa sauzalera**. A su llegada, desayuno saludable y breve charla impartida por el equipo de Fisioterapia del Centro de Salud de Tacoronte. Actividad gratuita. Aforo limitado. Debe inscribirse llamando al 922 924 152 o en el Consultorio Médico del casco. ¡Le esperamos!

JUEVES 8 DE ABRIL

• De 17.00 a 18.00 horas, en el pabellón *Paulino Rivero Baute* de Ravelo, **Clase de spinning** impartida por *Zona Fitness* (inscripción previa en el 625 069 431). Actividad gratuita. Aforo limitado.

VIERNES 9 DE ABRIL

• De 17.00 a 18.00 horas, en el pabellón *Paulino Rivero Baute* de Ravelo, **Sesión de step-gap** impartida por *Zona Fitness* (inscripción previa en el 625 069 431). Actividad gratuita. Aforo limitado.

• De 18.00 a 20.00 horas, en el salón de actos del Centro Cultural del casco, **Mesa redonda: El cuidado de la salud en tiempos de pandemia. Efectos y secuelas de la infección por Sars-CoV-2 (COVID-19) a nivel físico, psicológico y calidad de vida de la población.** Impartida por la Dra. Dácil García Rosado (médico especialista en Medicina Interna), Yaiza Delgado Estévez (psicóloga sanitaria), Lidia Carrillo González (licenciada en Ciencias Ambientales) y Taida Martín Santos (médico especialista en Hematología y Hemoterapia).

SÁBADO 10 DE ABRIL

• A las 08.00 horas, @Patear saludable. **Ruta senderista partiendo de Cruz del Carmen hasta Punta del Hidalgo.** Esta ruta tiene una combinación de sendero, pista forestal y algunas zonas de carretera. Dificultad: media. Duración: 5 horas. Punto de partida: plaza del Príncipe de El Sauzal. Se recomienda vestimenta y calzado adecuado. Precio de la actividad: 10 euros. Más información en el 922 570 000 (ext. 140) y en saraperez@elsauzal.es.

Fotomontaje de portada:
Imágenes de Szabolcs Molnar, Adriano Gadini, Omar Medina Films y megspl en Pixabay.

PARA LOS CENTROS EDUCATIVOS

CEIP SAMOGA Y CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOS ÁNGELES

- **Charla** *Todos contra el acoso escolar* impartido por la Policía Local de El Sauzal.
- **Charla** *Higiene Postural*, impartida por la Unidad de Fisioterapeutas del Centro de Salud de Tacoronte (SCS).
- **Charla** *Higiene bucodental*, impartida por la Unidad de Odontología del Centro de Salud de Tacoronte (SCS).
- **Talleres saludables** organizados por Kim Educativo.

IES SABINO BERTHELOT

- **Ruta senderista** "Pateo por los viñáticos centenarios de Agua García" organizada por la Fundación Telesforo Bravo Juan Coello.
- **Charlas/Coloquios** sobre concienciación del paisaje natural, impartidos por la Fundación Telesforo Bravo Juan Coello (Pasos sin huella).
- **Talleres saludables** organizados por Kim Educativo.
- **Charla** *Cerebro y creatividad*, impartida por Raquel Marín, neurocientífica y catedrática en Fisiología.
- **Charla** *¿Qué hago en Internet? Lo bueno, lo malo y de lo que no me entero*, impartida por Leocadio Martín Borges, especialista en Psicología, conferenciante y divulgador.

IES SAN NICOLÁS

- **Ruta senderista** "Conoce tu costa" organizada por la Fundación Telesforo Bravo Juan Coello.
- **Talleres saludables** organizados por Kim Educativo.
- **Charla** *El cerebro del futuro está en tus manos*, impartida por Raquel Marín, neurocientífica y catedrática en Fisiología.
- **Charla** *¿Qué hago en Internet? Lo bueno, lo malo y de lo que no me entero*, impartida por Leocadio Martín Borges, especialista en Psicología, conferenciante y divulgador.
- **Charla** *Ejercicio físico en lugar de videojuegos* impartida por la Dra. Taida Martín Santos, especialista en Hematología y Hemoterapia (Hospital Universitario de Canarias).

El Sauzal



Este programa está sujeto a posibles modificaciones por causas ajenas a la organización.

Por razones de protocolo sanitario, el aforo es limitado y controlado.

Los asistentes deben seguir, en todo momento, las normas vigentes en materia de lucha contra la covid-19.



Para más información, puede contactar con la Concejalía de Sanidad



Ayuntamiento de El Sauzal
Calle Constitución, nº 3
38360 – El Sauzal

Concejal

| Sara Pérez Rodríguez

| 922 570 000, ext. 140

| saraperez@elsauzal.es



www.elsauzal.es