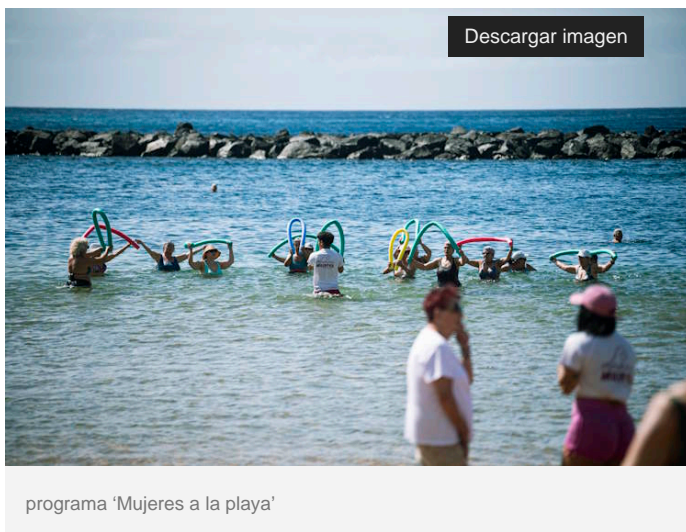


miércoles 3 de junio de 2026

# El programa 'Mujeres a la playa' se consolida como la mejor alternativa para fomentar un envejecimiento activo entre la población lagunera

*El proyecto, impulsado por el Área de Bienestar Social del Ayuntamiento de La Laguna, suma más de un millar de participantes en esta edición*



El programa 'Mujeres a la playa' se ha instaurado un año más como la herramienta idónea para que las personas mayores del municipio de San Cristóbal de La Laguna adquieran nuevas habilidades físicas y cognitivas y, en definitiva, mejoren su calidad de vida a través del fomento del envejecimiento activo. Esta propuesta, impulsada por el Área de Bienestar Social del Ayuntamiento, ha superado nuevamente el millar de féminas inscritas para esta edición.

El alcalde del Consistorio, Luis Yeray Gutiérrez, asistió hoy a una de las actividades programadas al aire libre, en la que tomaron parte 571 participantes de la zona centro de la ciudad, San Matías, Las Mercedes, San Miguel y San Bartolomé de Geneto, El Ortigal, Punta del

Hidalgo, Bajamar, El Rocío, Las Mantecas, La Cuesta y el barrio de La Candelaria. Este grupo asiste los martes y los jueves, mientras que el resto de las usuarias (Valle de Guerra, Centenero y Los Baldíos) integran el turno de los lunes y miércoles.

El primer edil de la Corporación local felicitó a todas las presentes "por apostar por un futuro mucho más saludable y por escoger esta alternativa gratuita de ocio y dinamización, basada en la gimnasia, el aquagym y numerosos talleres dedicados a temáticas que las propias usuarias nos han sugerido en cada edición para seguir mejorando nuestra programación".

Por su parte, la concejala de Bienestar Social del Ayuntamiento, María Cruz, destacó que "el programa 'Mujeres en la playa' se ha instaurado como una propuesta de referencia para este sector de la población, recorriendo más de 30 pueblos y barrios de los seis distritos de La Laguna". Asimismo, recordó que la iniciativa incluye servicio de transporte y que los ejercicios desarrollados en la playa de Las Teresitas están guiados por monitores y monitoras con formación específica.



Asimismo, la representante municipal señaló que “esta acción está siendo para nosotros una herramienta vital para la promoción de la salud entre este sector de la población, con ejercicios y prácticas acreditadas por su contribución a la mejora física y emocional de las usuarias e implementando las relaciones sociales de las mujeres de todos los pueblos y barrios de La Laguna, como mejor fórmula para hacer frente a la soledad no deseada”.