sábado 25 de junio de 2022

Participación Ciudadana ofrece una alternativa de ocio saludable a través de las actividades del ‘Verano Lagunero’

Yaiza López Landi y Luis Yeray Gutiérrez en una actividad para mayores en Bajamar, antes de la pandemia

El Ayuntamiento de La Laguna, a través de la Concejalía de Participación Ciudadana, pone en marcha el programa ‘Verano Lagunero’, de actividades de ocio en Bajamar y Punta del Hidalgo, y orientado especialmente a personas mayores de 50 años. Ambos proyectos se desarrollarán durante los meses de julio y agosto, durante la época estival.

Los proyectos ‘Sol, mar y actividad física en Bajamar’ y ‘Punta del Hidalgo: naturaleza, senderos y mar’ incluyen actividades dirigidas a favorecer el envejecimiento activo y saludable y en las que podrán participar las personas residentes en el municipio.

El alcalde de La Laguna, Luis Yeray Gutiérrez, subraya “el compromiso del Gobierno de La Laguna a la hora de favorecer el envejecimiento activo, la lucha contra la soledad, el impulso a la red de cuidados físicos, así como la participación activa de las personas mayores y de las asociaciones”. El alcalde celebra “que después de dos veranos marcados por la pandemia, podamos volver a organizar este tipo de actividades tan demandadas, que además fomentan la participación en comunidad”.

Por su parte, la concejala de Participación Ciudadana, Yaiza López Landi, asegura que “Bajamar y Punta del Hidalgo son dos puntos de nuestro litoral con los que las laguneras y laguneros nos sentimos muy identificados, no sólo por su riqueza natural, sino porque nos vinculan con nuestras raíces y además nos ofrecen una alternativa de ocio cercana, lo que los convierte en lugares muy indicados para nuestros mayores”.

En Bajamar, el programa incluirá gimnasia correctiva, juegos, concursos, charlas formativas y actividades acuáticas, mientras que en Punta del Hidalgo las actividades buscan favorecer el envejecimiento activo, estimular el mantenimiento tanto físico como psicológico de las personas mayores, potenciar su participación e integración y favorecer su independencia.

Entre las actividades que se llevarán a cabo están ejercicios de resistencia o aeróbicos, de fortalecimiento o musculación y de flexibilidad, todos ellos adaptados a las capacidades físicas de los participantes.

Las personas interesadas en inscribirse deberán rellenar la solicitud que está disponible en la página web de Participación Ciudadana o en los centros ciudadanos y presentarse, a través de los registros de entrada de las Tenencias de Alcaldía. En este último caso, no será necesario pedir cita previa.

2019 © Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna

2019 © Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna