

# la **Semana de SALUD** 2013



## Hipertensión

El 7 de Abril se celebra el Día Mundial de la Salud. Un día para recordar la importancia de la Promoción de la Salud en todos los ámbitos, con todas las personas y en todas las edades.

El tema propuesto por la Organización Mundial de la Salud para el 2013, es **Hipertensión**. La hipertensión aumenta el riesgo de infartos de miocardio, accidentes cerebrovasculares e insuficiencia renal. La probabilidad de que se presenten esas complicaciones es mayor si se asocian otros factores de riesgo como tabaquismo, sedentarismo, colesterol o diabetes.

Desde el Área de Promoción de la Salud de la Concejalía de Asuntos Sociales del Ayuntamiento de Leganés, nos sumamos a la conmemoración de este día proponiendo un conjunto de actividades dirigidas a toda la ciudadanía que se desarrollarán a lo largo de la semana del 5 al 13 de Abril. Con estas actividades se pretende favorecer, fomentar y promocionar hábitos y estilos de vida saludables que aumenten el capital de salud de todas las personas que vivimos en esta ciudad.

ORGANIZA  
Ayuntamiento de Leganés: Área de Promoción de la Salud (Concejalía de Asuntos Sociales).

COLABORAN  
Ayuntamiento de Leganés: Área de Discapacidad, Área de Mayores, Área de Mujer y Área de Infancia (Concejalía de Asuntos Sociales); Concejalía de Seguridad Ciudadana; Concejalía de Deportes, Festejos y Participación Ciudadana; Concejalía de Medio Ambiente; Concejalía de Juventud y Nuevas Tecnologías; Concejalía de Educación y Cultura; Concejalía de Comercio, Industrias y Empleo; Concejalía de Obras, Infraestructuras y Mantenimiento.

OTRAS ENTIDADES Y ASOCIACIONES QUE COLABORAN



PATROCINAN



Concejalía de Asuntos Sociales



Leganés  
AYUNTAMIENTO

La salud tiene que ver con todas las edades

Del 5 al 13 ABRIL 2013



la **Semana de SALUD**

f Promoción De La Salud @semanasalud



ÁREA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

## VIERNES 5 DE ABRIL

Taller **Actividad física y alimentación saludable** (Danone).  
Lugar: IES Julio Verne (c/ Ingeniería, 4).  
Horario: 13:00 y 15:30 h.

## SÁBADO 6 DE ABRIL

### Salud en la Plaza

Lugar: Plaza de La Fortuna (Barrio La Fortuna).  
Horario: De 11:00 a 14:00 h.

- **Demostración de Primeros Auxilios, unidad de bicicletas y ambulancia** (Protección Civil).
- **Taller de chapas, ideario saludable y taller de dibujos** (Promoción de la Salud).
- **Reparto de plantas** (Concejalía de Medio Ambiente).
- **Bus drogas o tú**. Avda. de la Libertad. (Comunidad de Madrid).

## DOMINGO 7 DE ABRIL

### Salud en La Plaza

Lugar: Plaza Alcalde José Manuel Matheo Luaces (Barrio Arroyo Culebro). Horario: De 10:00 a 14:00 h.

- **Taller de chapas e ideario saludable** (Promoción de la Salud).
- **Reparto de plantas** (Concejalía de Medio Ambiente).
- **Demostración de Primeros Auxilios, unidad de bicicletas y ambulancia** (Protección Civil).
- **Pintura de cara y globoflexia** (Asociación Canina de Leganés).
- **Mesas informativas de distintas asociaciones:** AA.VV. Arroyo Culebro, Asociación Salud y Alternativas de Vida (ASAV); Asociación de Diabéticos de Leganés; Asociación Leganense de Jugadores en Rehabilitación (ALEJER); Asociación de Esclerosis Múltiple Madrid-Leganés; Asociación de Alcohólicos en Abstinencia de Leganés; Narcóticos Anónimos; Asociación de Transplantados de Corazón de Madrid; Asociación Española Contra el Cáncer (AECC), Asociación de Enfermos Espondilíticos Reumáticos de Leganés, Asociación Canina de Leganés, Fundación Manantial, Grupo Amás.
- **Circuito Animal Infantil** (Asociación Canina de Leganés).
- **Recogida solidaria de alimentos** (AA.VV. Arroyo Culebro).
- **Autobús para la donación de sangre** (Cruz Roja).
- **Revista Radiofónica Rincón Saludable** (Proyecto ICI La Caixa, Asorbaex, ECO Leganés, Espacio Joven).

- **Muévete con ritmo** (Geriatros).
- **Taller de broches y marcapáginas** (Grupo Amás).

## LUNES 8 DE ABRIL

**Taller de hipertensión y riesgo cardiovascular** (Promoción de la Salud). Lugar: Centro de Mayores Juan Muñoz (c/ El Charco, 23). Horario: 10:00 y 11:30 h.

### Charla **Transplantes y donación de órganos**

(Asociación de Transplantados de Corazón de Madrid. Virgen de la Paloma). Lugar: IES S.XXI (c/ Ingeniería, 1). Horario: 11:30 y 17:00 h.

### Charla sobre la **Prevención del Cáncer de piel**

(AA.VV. San Nicasio y A.E.C.C.). Lugar: CCC. José Saramago (Avda. Mar Mediterráneo, 24). Horario: 11:00 h. Ponente: Dr. Santiago Méndez.(AECC).

### **Taller de creación literaria y Representación Teatral**

(ASAV). Lugar: CCC Julián Besteiro (Avda. Rey Juan Carlos I, nº 30). Horario: 19:00h.

## MARTES 9 DE ABRIL

Mesa Redonda **Hipertensión y Salud:** Dr. Alberto López García-Franco (Atención Primaria), Dra. Aniana Oliet Pala (Hospital Severo Ochoa) y Dr. Luis de Palma Gámiz (Fundación Española del Corazón).  
Lugar: Centro Cívico Rigoberta Menchú (Avda. Rey Juan Carlos I, nº 100). Horario: 11:00 h.

**AFORO LIMITADO.** Necesaria inscripción previa en el e-mail: [promociondelasalud@leganes.org](mailto:promociondelasalud@leganes.org) o en el teléfono 91 248 93 21.

### **Circuito de Educación Vial para niños y niñas de hasta 12 años** (Policía Local).

Lugar: Policía Local, Edificio de la Hispanidad (c/Chile, 1). Horario: de 10:00 a 12:00 h.

**Actividad Física y Salud: cómo llegar a mayor en buena forma** (Geriatros). Lugar: Residencia Geriatros Leganés. (C/ César Gº Contonente, 6. Urb. Arroyo Culebro). Horario: 18:00 h. Aforo máximo 95 personas (65 asientos).

## MIÉRCOLES 10 DE ABRIL

Taller **Buen uso de los medicamentos** (Promoción de la Salud).

Lugar: Centro de Mayores Gregorio Marañón (c/Mayorazgo, 25). Horario: 10:00 y 11:30 h.

Taller **Relajación** (Promoción de la Salud).  
Lugar: Centro de Mayores Rigoberta Menchú (Avda. Rey Juan Carlos I, nº 100).  
Horario: 11:30 h.

**Actividad lúdico-deportiva para mayores: La salud de los mayores a través del movimiento** (Área de Mayores ENFORMA Comunidad de Madrid).  
Lugar: Parque de Polvoranca.  
Horario: 11:00h.

## JUEVES 11 DE ABRIL

Taller **Alimentación saludable** (Promoción de la Salud).  
Lugar: Centro de Mayores Cervantes (c/Cádiz,1 - Barrio Vereda de los Estudiantes). Horario: 10:00 h.

Taller **Prevención de accidentes** (Promoción de la Salud).  
Lugar: Centro de Mayores Tierno Galván (Barrio La Fortuna). Horario: 12:00 h.

Charla **Educación afectivo-sexual en la infancia** (Promoción de la Salud). Lugar: Casa de niños Aventuras - Colegio Verbena (C/Italia, 12). Horario: 15:00 h.

**Partido - presentación de los nuevos equipos de fútbol y baloncesto LABORPLUS ASAV** (ASAV)  
Lugar: Polideportivo Carlos Sastre (Francisco Largo Caballero, 1 - Barrio Valdepeylos).  
Horario: de 17:00 a 20:00 h.

## VIERNES 12 DE ABRIL

**Caminata Saludable** (Promoción de la Salud, Grupo Amás, Alfonso X El Sabio, FAD y Fundación Manantial).  
Lugar: Parque Polvoranca.  
Horario: 11:00h.

## SÁBADO 13 DE ABRIL

**Conmemoración del X Aniversario del Consejo de la Infancia** (Área de Infancia y Adolescencia, Save the Children). Lugar: Centro Municipal Rosa de Luxemburgo (c/ Charco, 23.) Horario: de 10:30 a 17:00 h.

DURANTE LA SEMANA, se realizarán actividades en Centros Escolares, Escuelas de Padres y Madres, (sesiones informativas y formativas en sobre prevención de drogas, prevención de la violencia de género, alimentación, salud emocional...).

