

**Rubén
García
Felices**



Fotógrafo y auxiliar administrativo en el SAS

Más de 100 personas han participado la mañana del pasado miércoles 28 de mayo en la I Caminata Saludable de Cabo de Gata, una actividad que está enmarcada en la XVI Semana de Hábitos de Vida Saludables del Distrito Sanitario de Almería, que ha tenido este año como tema "Almería se mueve por la salud". Una iniciativa organizada por la Unidad de Gestión Clínica Almería Periferia bajo la coordinación del equipo del consultorio de Cabo de Gata (formado por la médica Enriqueta María Quesada Yáñez, la enfermera Patricia Alcaraz López y el auxiliar administrativo Rubén García Felices -el que escribe sobre estas líneas- y la enfermera comunitaria María Elena González Fernández).

Fue una caminata de 60 minutos, con partida a las 09:00 horas desde el consultorio de salud y regreso al mismo punto, donde culminó en un desayuno en la sede de las asociaciones vecinales Las Sirenas y Virgen del Mar (calle San Francisco), degustando frutas y verduras de la zona, que fueron cedidas por los

60 minutos de trayecto y un desayuno de frutas y verduras en la sede de la asociación vecinal

vecinos y empresarios locales. ¡Pusieron unos pinchitos de melón con tomates cherry que estaban de muerte!

La caminata contó con la presencia de Juan José Segura Román (Concejal de Aguas, Zonas Verdes y Agricultura), Juan de la Cruz Belmonte Mena (Delegado Territorial de Salud y Familias en Almería), María José García Ramón (directora de la U. G. C. Almería Periferia) y Gemma Garrido Ibáñez (Directora Médica de Distrito Almería).

Han colaborado en el evento la Farmacia Cabo de Gata, que regaló y sorteó entre los asistentes diversos productos para la protección del sol; las dos mencionadas asociaciones del lugar; el Grupo Caparrós, con la donación de sandías, melones y tomates; y el colegio CEIP "Virgen del Mar" de Cabo de Gata, me-

Más de cien personas de Cabo de Gata han participado en la primera actividad que ha organizado la Unidad de Gestión Clínica Almería Periferia con el consultorio de la barriada

Caminata saludable para una vida sana



RUBÉN GARCÍA FELICES



Una actividad con vecinos y representantes institucionales y colaboración empresarial. El éxito de esta iniciativa fue el numeroso grupo que participó y la variedad de edades. Niños, adultos de mediana edad y mayores de 65 años se fundieron en la caminata con un mismo objetivo. Y además de vecinos, también quisieron dar ejemplo de buenos hábitos de vida saludable el concejal Juan José Segura, el delegado Juan de la Cruz y profesionales sanitarios del Distrito Sanitario Almería. Grupo Caparrós donó sandías, melones y tomates para el desayuno.

de un juego tradicional: El patio de mi casa, en el que participaron la mayoría de los caminantes.

Esperamos que actividades como esta y otras vengan en el futuro, enmarcadas en la promoción de hábitos saludables "para evitar problemas crónicos como hipertensión, diabetes y obesidad en nuestra población", tal y como re-

El equipo sanitario del consultorio agradece la exitosa participación, respuesta y acogida

calcó mi compañera Enriqueta Quesada en esta primera caminata.

El equipo del Consultorio de Cabo de Gata agradecemos la participación, respuesta y acogida tan buena de los vecinos. Ha sido una actividad muy enriquecedora en todos los aspectos. Lástima que yo no pudiera partir con el grupo, mi trabajo en el mostrador de atención al usuario me lo impidió, otra vez será.

