

Hoy celebrarán el Día Mundial de la Salud y el Día Mundial de la Actividad Física

08/04/2022



Esta semana se han celebrado en todo el mundo el día de la salud y el día de la actividad física , por eso en San Rafael, se realizan diversas actividades con el objetivo de concientizar a la población. Para el día de hoy se ha diagramado esta jornada que se llevará a cabo a partir de las 19hs en la Plaza Francia. La invitación la realizó en FM Vos 94.5 **Cecilia Expósito**, coordinadora de voluntarios de **Cruz Roja Filial San Rafael**.

«Desde la Cruz Roja siempre fomentamos la participación de las distintas organizaciones que trabajan en estos temas. Este año buscamos celebrar juntos el Día de la Actividad Física y el Día Mundial de la Salud porque justamente una viene de la mano con la otra», comenzó explicando la coordinadora.

Luego, expuso sobre la importancia y la magnitud que tiene esta jornada. «Como lema, este año la Organización Mundial de

la Salud determinó que sea 'Nuestro planeta, nuestra salud'. Entonces, a partir de esta cuestión, hemos decidido hacer una apertura a todos aquellos espacios que trabajan con el medio ambiente. Eso también tiene que ver con la salud, y a veces lo descuidamos mucho. El planeta nos provee una de las mayores fuentes que es el oxígeno, como así también, el agua», precisó Expósito.

En este sentido, continuó resaltando el valor que tiene cuidar el planeta, para lograr beneficiar a nuestra salud, generando espacios que permitan entender lo esencial que resultan ciertas prácticas. «Es poder estar con el otro, con el espacio que nos rodea, empezar a generar conciencia del daño que estamos haciendo, pensar qué le estamos dejando a nuestros hijos. Muchas veces nos quejamos de lo que tenemos, de lo que nos dejaron, pero ¿qué estamos construyendo nosotros para los que vienen? Es apuntar un poco a eso, a pensar que estamos de paso, que tenemos que dejar un claro mensaje: trabajar en beneficio de la comunidad y de los que vienen», aseguró Cecilia.

Por último, especificó las distintas tareas que realizarán durante esta tarde. «Vamos a tener un stand literario, quienes lo deseen y pueden llevar sus tapitas, su plástico, su papel para reciclar, va a haber diferentes espacios para recibir estos elementos. También habrá gente explicando cómo se hace una huerta, vamos a estar con la Cruz Roja hablando de todo lo que tiene que ver con el agua, el circuito, el recorrido, atendiendo consultas. Tendremos talleres didácticos, también una campaña de vacunación para todos aquellos que no se hayan vacunado contra el covid y quieran hacerlo. Se les va a estar colocando las dosis que les faltan, como así también, la vacuna antigripal a los mayores de 65 años”, comentó. “Les recomendamos, como siempre, llevar su botellita de agua», finalizó la coordinadora.