

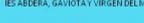
**II EDICION  
CARRERA ADRA**  
Día mundial sin tabaco  
Martes 31 de Mayo

Inscripción gratuita a las 09:00  
Lugar: Paseo Poniente  
"El Palmeral"

**Salida: Recinto Ferial**

**PROGRAMA:**  
09:45 Ejercicios de estiramientos  
10:00 Carrera de 2,5 km  
10:30 Carrera de 5 km  
11:30 Carrera de 5º y 6º de primaria  
12:00 a 12:45 Coreografías  
13:00 Entrega de premios y sorteo

Organiza: 

Colaboran:     

El Ayuntamiento de Adra, a través del Área de Salud, y el Centro de Salud de Adra han organizado una jornada de actividades deportivas para conmemorar el 'Día Mundial Sin Tabaco', que tendrá lugar el próximo martes 31 de mayo, con el objetivo de sensibilizar a la población abderitana de los graves perjuicios del tabaco.

La concejal de Salud, Concha Reyes, ha explicado que el programa de actividades diseñado, por segundo año consecutivo, está orientado a "ofrecer a los ciudadanos las actividades deportivas y los hábitos de vida saludables como la mejor alternativa al consumo de tabaco", al tiempo que ha recordado que "el tabaquismo es una de las principales causas de muerte evitable, produce adicción y dependencia".

A la participación en esta jornada, que está patrocinada por La Caixa, están convocados distintos colectivos de la sociedad abderitana, como los adolescentes, al tratarse de un sector de población en el que se inicia el fenómeno del tabaquismo, así como a personas adultas y mayores, entre los que el consumo de tabaco conlleva efectos negativos para la salud.

Cabe señalar que durante el desarrollo de las acciones previstas se hará hincapié en la prevención del consumo de tabaco, ofreciendo información a los participantes sobre los efectos negativos que produce esta sustancia en el organismo.

### Programa de actividades

Las actividades, que tendrán como centro neurálgico el Recinto Ferial, comenzarán a las 9:00 horas con la inscripción de los participantes y la exposición de una serie de murales con motivos saludables. A las 9:45 horas se realizarán estiramientos en grupo.

A las 10:00 horas dará comienzo la carrera para adultos de 2,5 kilómetros que discurrirá por el Paseo Marítimo de Poniente. De forma simultánea a la carrera, se realizará una gimkana de juegos deportivos en Pabellón Municipal de Deportes y la playa. Los participantes podrán divertirse con deportes como el rugby, fútbol, baloncesto, bádminton, papiroflexia o béisbol.

A continuación, a las 10:30 horas dará comienzo la carrera de 5 kilómetros para adultos y a las 11:30 la carrera de 500 metros dirigida a los participantes más pequeños. A partir de las 12:00 horas está prevista una muestra de coreografías. Durante toda la mañana se ofrecerá bebida a los participantes, así como sandía donada por AgrupaAdra.

Por último a las 13:00 horas se realizará la entrega de premios, que consistirá en lotes de verdura cedidos por Unica Group y un sorteo de productos donados por establecimientos comerciales de la ciudad.

Todas las personas que deseen participar podrán hacerlo de forma gratuita. De momento, está prevista la participación de los escolares de los CEIP Pedro de Mena, Mare Nostrum y Fuentesantilla, así como de los IES Abdera, Gaviota y Virgen del Mar.

### **Campaña de concienciación**

Además de la jornada de actividades, el Área de Salud del Ayuntamiento de Adra pondrá en marcha una campaña de concienciación a través de la Radio Municipal, que comenzará los días previos a la celebración del 'Día Mundial Sin Tabaco'. Asimismo, se diseñará una campaña especial para las redes sociales municipales el próximo 31 de mayo para alertar a la población de los riesgos del tabaquismo.

Concha Reyes ha recordado, finalmente, que la jornada de actividades y la campaña de concienciación se integran en el marco del Plan de Salud Local impulsado por el Ayuntamiento de Adra y que contempla entre sus ejes prioritarios de actuación la promoción del autocuidado entre la población.