

## **27ª. EDICIÓN DEL LANZAMIENTO DE LA SEMANA DEL CORAZÓN**

**La semana del corazón se celebra del 24 al 30 de Setiembre de 2018.**

Tiene como objetivo sensibilizar e informar a la población sobre las enfermedades cardiovasculares y fomentar hábitos de vida saludable.

Toda la semana se van a estar haciendo actividades en todo el departamento para unirnos a esta causa.

El día 29 de setiembre se celebra el Día Mundial del Corazón con el lema “ Mi corazón ,tu corazón”, la comisión cardiovascular se une a éste lema y nos invita a unirnos , centrándose en hacer una promesa de corazón, de cuidarlo y ocuparse de él como debe ser.

La promesa consiste en: - ser activo

-no fumar

- comer sano (menos sal y azúcar, más frutas, verduras y agua)

- evitar consumir alcohol.

La intendencia departamental de Rocha a través de la dirección de deportes, se une a esta causa invitando a otras instituciones que también participen y se elaboró una agenda de actividades.

### **Agenda de actividades para la Semana del Corazón**

#### **Lunes 24 de setiembre.**

**-Polideportivo Municipal de Rocha:** control de presión arterial, hemoglucotest, de 9 a 12 hrs. a cargo de enfermería de COMERO.

**-Hospital de Rocha (Psiquiatría)** equipo de salud mental, 10:30 de la mañana break con frutas y recreación a cargo de docente de la SENADE.

**\_ Actividad en Polideportivo Municipal de Chuy:** deportes (handball, básquetbol, Voleyball, gimnasia adultos) y charla informativa a cargo de docentes de IDR.

**-Plaza de deportes de Rocha** escuela Municipal de Baby Fútbol charla informativa y actividad recreativa con niños y niñas de dicha escuela a cargo de técnicos de IDR de 10 a 11hrs y de 16 a 17 hrs.

---

-**Rocha barrio España** escuela Municipal de Baby Fútbol charla informativa y recreación con niños y niñas de la escuelita desde las 15 hr. a cargo de técnico de la IDR.



24 al 30 de setiembre 2018  
**Semana del Corazón**

**Martes 25 de setiembre.**

**\_Polideportivo Municipal de Rocha :** control de presión arterial, hemoglucotest , de 9 a 12 hrs. a cargo de enfermería de COMERO.

- **Bicicleteada a las Sierras de Rocha** (mountain bike) grupo de damas a cargo de docente de la SENADE.

-**Polideportivo Municipal de Cebollatí:** charla informativa , actividades varias deportivas para niños , jóvenes y adultos , desde las 16y30 hrs hasta las 21y30 hrs. cada grupo en su horario, a cargo del docente de IDR.

-**Polideportivo Municipal de La Coronilla:** charla informativa, gimnasia damas, actividades deportivas niños y adolescentes, cada grupo en su horario desde las 16 hasta las 20 hrs., a cargo de la docente de IDR.

-**Polideportivo Municipal de Rocha:** charla informativa y gimnasia artística desde las 18 hasta las 20 hrs a cargo de la docente de IDR.

Charla informativa y clase abierta de Básquetbol de 19y30 a 20y30 hrs, a cargo de docente de la IDR.

---

-**Polideportivo Municipal de Chuy** charla informativa y Volleyball con jóvenes y adultos a cargo de docente de IDR.

- **19 de Abril** escuela Municipal de Baby Fútbol se realiza charla informativa y actividad recreativa con niños y niñas de 15 a 17y30 hrs. a cargo de técnico de la IDR.

-**Rocha en barrio Belvedere** escuela Municipal de Baby Fútbol charla informativa y juegos recreativos con niños y niñas a cargo de técnico de la IDR.

### **Miércoles 26 de setiembre.**

-**Polideportivo Municipal de Rocha** : control de presión arterial, hemoglucotest ,ejercicios de actividad física para el público que asiste a cargo de docente de IDR, de 10 a 14 hrs por personal de enfermería de ASSE Hospital de Rocha.

-**Polideportivo Municipal de Rocha:** charla informativa y clase de gimnasia aeróbica 20 hrs. a cargo de docente de la SENADE .

-**Velázquez** escuela Municipal de Baby Fútbol se realiza charla informativa y actividad recreativa con niños y niñas de 15 a 18 hrs. a cargo de técnico de la IDR.

-**Polideportivo Municipal de Cebollatí:** charla informativa, actividad deportiva y recreativa de 9 a 12 hrs a cargo de dos docentes de la IDR.

- **Rocha en Barrio Londres** escuela Municipal de Baby Fútbol charla informativa y juegos con niñas y niños del barrio 16 hrs. a cargo de técnico de la IDR.



24 al 30 de setiembre 2018  
**Semana del Corazón**

---

## Jueves 27 de setiembre.

-**Polideportivo Municipal de Rocha** : control de presión arterial ,hemoglucotest, de 9 a 12 hrs a cargo de personal de enfermería de COMERO.

-Clase abierta de Bàsquetball en polideportivo con la participación de padres con sus hijos desde las 19y30 hrs. a cargo de docente de la IDR.

-Clase abierta de Gimnasia Artística en polideportivo desde las 18 a 20 hrs. con temática alusiva a la semana del corazón participaran padres a cargo de docente de la IDR.

-**Plaza Independencia de Rocha** actividad recreativa juegos con 3ª edad y jóvenes de Secundaria organizado por RAPP a las 16 hrs.

-**Colegio Larrañaga** actividad con preescolares a cargo de su docente de ED. Física a las 15 hrs.

-**Lascano** escuela Municipal de Baby Fútbol en plaza de deportes se realiza charla informativa y actividades recreativas con niños de la escolita de 10y30 a 11y30 , y de 16 a 18 hrs

-**Polideportivo Municipal de Chuy** , con temática alusiva a la fecha actividad deportiva con jóvenes desde las 18 hrs a cargo de docente de la IDR.

-**Rocha Barrio 33** escuela Municipal de Baby Fútbol se realiza charla informativa y actividades recreativas para niños y niñas desde las 16 hrs. a cargo de técnico de la IDR

-**Rocha barrio Hipódromo** escuela Municipal de Baby Fútbol desde las 14 hrs charla informativa y recreación con niños y niñas de la escolita a cargo de técnico de la IDR.

-**Polideportivo Municipal de La Coronilla** encuentro de deporte entre los diferentes grupos que asisten, con ropa y adornos alusivos a la semana del corazón desde las 17 a 20 hrs. a cargo de docente de la IDR.



24 al 30 de setiembre 2018

**Semana del Corazón**

---

## **Viernes 28 de setiembre.**

-**Polideportivo Municipal de Rocha** : control de presión arterial , hemoglucotest, de 9 a 12 hrs. a cargo de personal de enfermería de COMERO.

-Nado Sincronizado del polideportivo realiza charla informativa y actividades sobre la temática desde las 9y30 a las 12 y desde las 14 hasta las 17 hrs. a cargo de docente de la IDR.

-**Plaza de Deportes de Rocha**, Actividad interinstitucional para celebrar la Semana del Corazón desde 13y30 hasta las 16y30 hrs. donde se realizarán juegos, caminata, zumba ,merienda saludable con diferentes frutas y agua , y finaliza con caminata por las calles de la ciudad yendo hasta la institución COMERO donde habrá una suelta de globos rojos. Instituciones que participan: ASSE con carpa informativa que se instalará dentro de la plaza, Primaria, Secundaria ,UTU, IDR,CFE.AAIDRO, instituciones privadas y público en general.

-**Polideportivo Municipal de Chuy** actividad con jóvenes y adultos de gimnasia y caminatas desde las 19 y 30 hasta las 20y30 hrs a cargo de docente d IDR.

-**Polideportivo Municipal de La Coronilla** actividad con temática alusiva a la semana con adultos de gimnasia desde las 15 hrs, y jóvenes desde las 17 hrs Bàsquetball a cargo de docente de la IDR.

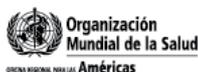
## **Sábado 29 de setiembre “Día Mundial del Corazón”**

-**Rocha Barrio Progreso** escuela Municipal de Baby Fútbol charla alusiva al día y la semana del corazón y actividades recreativas con niños y niñas del barrio a cargo d docente de la IDR

-**Polideportivo Municipal de Rocha** actividad de Bàsquetball con padres previa charla sobre el tema alusivo a la fecha desde las 10 y 15 hrs.

-**Polideportivo Municipal de Rocha** actividad de Buceo clase abierta para todo público con charla alusiva a el día y la semana del corazón desde las 14 hrs. a cargo de técnica de buceo.

**Dirección Deportes IDR**  
**Gobierno de Rocha.**



[www.semanadelcorazon.com.uy](http://www.semanadelcorazon.com.uy)  
[@semanacorazon](https://twitter.com/semanacorazon)