



## **“ BAHIA CUIDA TU CORAZÓN ”**

Declarado de Interés Municipal  
Decreto N°771/2010

**SEPTIEMBRE DE 2010  
MES DEL CORAZÓN**

**26 DE SEPTIEMBRE DE 2010  
DIA MUNDIAL DEL CORAZON**

**I Encuentro educativo-deportivo**

### **Acerca del Día Mundial del Corazón**

El Día Mundial del Corazón, que se celebra desde hace diez años, es una iniciativa de las organizaciones que forman parte de la Federación Mundial del Corazón en más de 100 países, entre ellas, la Fundación Cardiológica Argentina. El objetivo de conmemorar esta fecha es contribuir para que la población mundial alcance una vida mejor y más duradera median-te la prevención y el control de las enfermedades cardíacas y de los accidentes cerebrovasculares, que son la causa número uno de muerte en el mundo y que cada año acaban con la vida de 17,5 millones de personas, el 80% perteneciente a los países del tercer mundo o en desarrollo.

Este año, el Distrito Bahía Blanca de Sociedad Argentina de Cardiología llevará a cabo actividades como caminatas, carreras, sesiones de gimnasia, charlas para la comunidad, representaciones teatrales, talleres de cocina saludable, foros científicos, exposiciones, conciertos, festivales y torneos deportivos destinados a la comunidad que tienen como objetivo concientizar a la población sobre la importancia que tiene la prevención de los factores de riesgo cardiovascular para evitar o disminuir los riesgos de padecer enfermedades cardiovasculares, causa numero uno de muerte en nuestro país y en el mundo. Con el mismo objetivo y en el marco de la firma de un convenio tripartito entre la Fundación Cardiológica Argentina, el Distrito SAC de Bahía Blanca y la Municipalidad, se realizaran cursos masivos de RCP y mediciones de factores de riesgo cardiovascular en carpas que se instalarán en Parque de Mayo el domingo 26 de Septiembre.

## **MES DEL CORAZON**

### **PROGRAMA DE ACTIVIDADES**

#### **CAMPAÑA DE DIFUSIÓN:**

Se realizarán a través de medios televisivos, radiales y gráficos para fomentar la prevención a través de la realización de ejercicios físicos y el seguimiento de una dieta saludable.

#### **CHARLAS EDUCATIVAS**

En jardines de infantes, escuelas primarias y secundarias de la ciudad.

Informes: [integracionsaludeduccion@hotmail.com](mailto:integracionsaludeduccion@hotmail.com)

#### **SÁBADO 4 DE SEPTIEMBRE**

##### **ASCENSO AL CERRO FUNKE (SIERRA DE LA VENTANA)**

Con Agustín "Chegu" Moreno.

Salida de Parque de Mayo

Informes e inscripción: [el.chegu@gmail.com](mailto:el.chegu@gmail.com) /0291-155715190

#### **DOMINGO 5 DE SEPTIEMBRE**

##### **MEDICION DE FACTORES DE RIESGO**

Se realizarán mediciones gratuitas de colesterol, tensión arterial y perímetro de cintura

##### **FERIA DE DISEÑO "BAHIA DISEÑA"**

Lugar: Salón DIETRICH - Avda. Sarmiento 3900

Hora: 10.00 a 20,00.

#### **VIERNES 17 DE SEPTIEMBRE**

##### **PARTIDO DE BASQUET "COPA ARGENTINA"**

"BAHIA ESTUDIANTES y BAHIA CUIDA TU CORAZÓN"

Estudiantes vs Gimnasia y Esgrima de Cdo Rivadavia

Lugar: Estadio Osvaldo Casanova

Hora: 21,30

#### **VIERNES 17 DE SEPTIEMBRE**

##### **"VIERNES DE LA TERCERA EDAD" EL TANGO y el CORAZÓN**

Lugar: CLUB UNIVERSITARIO (ingreso por calle San Juan)

Hora: 16,00 a 19,00

A cargo de RUBEN CORDI

Informes: Secretaría de Promoción Social -División Adultos Mayores  
Municipalidad de Bahía Blanca

#### **SABADO 18 DE SEPTIEMBRE**

##### **Travesía en mountain bike**

##### **DESAFIO STORTINI SIERRA DE LA VENTANA**

Informes e inscripción: BICICLETERIA STORTINI (lavalle 151)

#### **SABADO 18 y DOMINGO 19 DE SEPTIEMBRE**

##### **CONTROL DE FACTORES DE RIESGO**

Lugar: Bahía Blanca Plaza Shopping. Salón de usos múltiples

Hora: de 16,00 a 21,00

Se realizarán mediciones gratuitas de colesterol, tensión arterial y perímetro de cintura.

**LUNES 20 DE SEPTIEMBRE**

**DESCUBRIMIENTO DE ESCULTURA**

Lugar: Parque de Mayo

**MARTES 21 DE SEPTIEMBRE**

**"LOS JOVENES y EL CORAZÓN"** tarde de recreación y diversión en el día de la Primavera

Lugar: Parque de Mayo

**DEL LUNES 20 AL VIERNES 24 DE SEPTIEMBRE**

**CARPA SALUDABLE: CONTROL DE FACTORES DE RIESGO**

Se realizarán mediciones gratuitas de colesterol, tensión arterial y perímetro de cintura.

Lugar: Plaza Rivadavia

Hora: 10,00 a 18,00

**JUEVES 23 DE SEPTIEMBRE**

**"COCINA SALUDABLE"**

A cargo del INSTITUTO SUPERIOR PEDRO GOYENA

Lugar: Bahía Blanca Plaza Shopping

Hora: 19,30

**VIERNES 24 DE SEPTIEMBRE**

**"EL CORAZÓN DE LA MUJER SE PUEDE ROMPER"**

Charla de concientización sobre la enfermedad cardiovascular en la mujer.

Lugar: Bahía Blanca Plaza Shopping

Hora: 19,30

**SÁBADO 25 de SEPTIEMBRE**

**CURSO DE RCP - Maniobras de Resucitación Cardiopulmonar Básica**

Lugar: Salón Blanco Municipalidad de Bahía Blanca

Hora: 14,00

Actividad gratuita destinada a personas adultas.

Inscripción previa en la carpa de factores de riesgo del 20 al 24 de Septiembre)



**DOMINGO 26 DE SEPTIEMBRE**



**CARPA CURSO MASIVO DE RCP**

Maniobras de Resucitación Cardiopulmonar Básica a cargo de la Fundación Cardiológica Argentina

Lugar: Parque de Mayo

Horario: podrá seleccionar el que prefiera inscribiéndose previamente del 20 al 25 de septiembre en la carpa instalada en Plaza Rivadavia

**CARPA DE MEDICIÓN DE FACTORES DE RIESGO**

Se realizarán mediciones gratuitas de colesterol, tensión arterial y perímetro de cintura

Lugar: Parque de Mayo

Horario: de 10,00 a 18,00

**"8 KM CARRERA ANIVERSARIO 100 AÑOS BOMBEROS DE BAHIA BLANCA"**

Organización conjunta Bomberos Voluntarios y Secretaria de Deportes de la Municipalidad de Bahía Blanca

Lugar: Parque de Mayo

Hora: 10.30

Actividad arancelada

**"42 Km POR EL CORAZÓN"**

A cargo de CEPREC Centro de Prevención y Rehabilitación Cardiovascular

Lugar: Parque de Mayo - Pista de Ciclismo-

Hora: 11.00

**CAMINATA FAMILIAR**

Organización conjunta con la Secretaria de Deportes de la Municipalidad de Bahía Blanca

Lugar: Parque de Mayo

Hora: 15,30

**DEMOSTRACIÓN DE ROLLER**

a cargo de UNO BAHIA CLUB

Domingo por la tarde

**ACTIVIDADES CULTURALES**

Actividad conjunta con la Secretaria de Cultura de la Municipalidad de Bahía Blanca