



O Dia Mundial da Saúde foi, esta quinta-feira, assinalado com uma palestra, no Auditório da Madalena.

Colocando a tónica na importância da adoção de um estilo de vida saudável, foram abordados os mais diversos temas como a importância do sono, da atividade física e do equilíbrio mental, fundamentais na promoção da saúde e, conseqüentemente, na melhoria da qualidade de vida.

Promovido pela Unidade de Saúde da Ilha do Pico (USIP), o encontro contou com a presença de diversos oradores, nomeadamente Rui Leal e Marco Jorge, da Câmara Municipal da Madalena, que apelaram à prática quotidiana de uma atividade física, enaltecendo a vasta oferta existente no Concelho neste âmbito, inclusive os múltiplos programas regulares dinamizados pela autarquia.