

Arranca en La Paz el programa “Mueve tu Salud” para promover hábitos saludables

Posted on 21 de abril de 2026 by Diario Humano



Más de 300 personas participaron en la primera jornada realizada en el CDM “El Piojillo”

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. -La tarde del lunes, la alcaldesa de La Paz, Milena Quiroga Romero, encabezó el arranque del programa “Mueve tu Salud” en el Centro Deportivo Municipal (CDM) “El Piojillo”, una iniciativa que tiene como objetivo fortalecer el bienestar y la calidad de vida de las familias, a través de actividades físicas accesibles para todas las edades.

La presidenta municipal recordó que casi tres años atrás, encabezó la primera caminata en el Cerro Atravesado, con un pequeño grupo de mujeres, y en esta ocasión se sumaron más de 300 personas quienes se animaron unos a otros para lograr la meta de mover su salud.

“Todas las semanas, un día por semana, aquí en ‘El Piojillo’, vamos a tener una jornada del programa ‘Mueve tu Salud’ para todas las familias que quieran venir, niñas, niños, mujeres, hombres, todas, todos van a ser bienvenidos. Y la idea es fomentar hábitos de vida saludables para mejorar la calidad de vida de las personas”, indicó la edil paceña.

Asimismo, explicó que la dinámica tiene tres objetivos principales: impulsar estilos de vida saludables, apoyar a emprendedores y negocios locales enfocados en el deporte, y dar a conocer la diversidad de actividades físicas que existen en el municipio, permitiendo que más personas encuentren opciones para



activarse.

Las y los interesados en ofrecer clases muestra en el CDM “El Piojillo” deberán acercarse a las oficinas de la Dirección General de Inclusión y Diversidad que se ubica en Nicolás Bravo entre Guillermo Prieto y Aquiles Serdán, o a través de sus redes sociales, así como estar atentos a las cuentas oficiales del Ayuntamiento de La Paz para conocer las siguientes actividades.

Finalmente, Milena Quiroga reiteró que la administración municipal continúa trabajando en acciones que promuevan el desarrollo integral de las y los paceños, generando espacios de convivencia, salud y participación comunitaria a través de programas como este, demostrando que en La Paz sí nos cuidamos todos y de trabaja por el bienestar de las y los ciudadanos.