Programas de envejecimiento saludable

lunes, 13 de septiembre de 2010

Uno de los grupos de población más importantes del ayuntamiento de Val de San Vicente es el de las personas mayores. Desde los Servicios sociales se desarrollan importantes programas para atender las necesidades de este colectivo como son el Servicio de ayuda a domicilio, teleasistencia, termalismo etc. Como complemento a esos grandes programas se organizan otros más puntuales y de menor envergadura, orientados a promover habilidades y recursos que faciliten el envejecimiento exitoso.

En este sentido para los meses próximos se han organizado tres tipos de talleres :

1. Talleres de entrenamiento en memoria cuyos objetivos están orientados a abordar de forma práctica todos los aspectos vinculados a los procesos de memoria atención y razonamiento vinculados al proceso de envejecimiento
2. Taller de psicomotricidad, este taller, sin olvidar los aspectos cognitivos, está más dirigido a trabajar el cuidado corporal, las prácticas saludables de ejercicio físico, nutrición y prevención de caídas.
3. Taller de envejecimiento activo profundiza sobre el concepto de envejecer bien, sobre lo que es y como lograrlo, aborda las limitaciones más importantes y propone estrategias para lograr un envejecimiento satisfactorio

Participantes:

Los talleres, son eminentemente prácticos y están destinados a jubilados/as, prejubilados/as y todas las personas interesadas en temas del envejecimiento activo y la participación social.

Localidades, fechas y horarios en las que se impartirán los talleres

Con el fin de acercar los talleres a los potenciales participantes y evitar desplazamientos, los talleres; se han programado en las localidades de Prio, Pechán y Luey.

El taller de memoria se llevará a cabo en Prio y dará comienzo el próximo 20 de septiembre a las 4 de la tarde

El taller de psicomotricidad comenzará el 29 de septiembre también a las 4 de la tarde, en el pueblo de Pechán

Inscripciones

Las personas interesadas en participar en los talleres pueden realizar sus inscripciones en el Ayuntamiento o llamando al teléfono 942 718011.