



## Vuelven los programas para mayores de terapia ocupacional y prevención de las caídas

### REDACCIÓN / WORD

**SALAMANCA.** El Ayuntamiento de Salamanca desarrollará una nueva edición de los programas de terapia ocupacional y prevención de caídas destinados a las personas mayores, pensionistas con 60 o más años empadronados en el municipio, que se prolongarán a lo largo de 20 sesiones. El plazo ya está abierto y se extenderá hasta el día 23 de febrero. La adjudicación de plazas se realizará mediante sorteo público el 1 de marzo.

Ambas iniciativas se encuentran enmarcadas dentro del convenio que el Ayuntamiento mantiene con la Universidad de Salamanca, a través de la Escuela Universitaria de Enfermería y Fisioterapia.

La propuesta persigue mejorar habilidades y capacidades de las personas mayores a través de actividades lúdicas cotidianas y de autocuidado personal. El programa consta de 20 sesiones de 50 minutos de duración y entre algunos de los temas que se tratarán en las mismas se en-

cuentran los ejercicios para prevenir la artritis y artrosis, para estimular y mantener las capacidades cognitivas (memoria, atención, concentración y razonamiento) y para el control postural.

Además de en el centro municipal Juan de la Fuente, estos talleres se desarrollarán también en centros de mayores a lo largo del curso, entre el 3 de octubre y el 30 de mayo. En concreto, esta iniciativa se trasladará a los centros de mayores de los barrios de Chamberí, María Auxiliadora, Puente Ladrillo, Vidal, Tormes, La Vega y la Golondrina.

Respecto al programa de prevención de caídas, el Ayuntamiento pretende ayudar a las personas mayores a identificar los elementos que influyen en las caídas y en su prevención, así como enseñarles ejercicios útiles asociados a la prevención de las mismas. Cuenta también con 20 sesiones de cincuenta minu-



Una actividad con mayores organizada por el Consistorio. :: LAYA

tos cada una.

Las personas mayores interesadas en participar en ambos programas, deben formalizar la inscripción en el Centro Municipal de Mayores Juan de la Fuente. Ambas pro-

puestas formativas municipales se llevarán a cabo entre los meses de marzo y mayo del presente año. Las sesiones de los programas se desarrollarán de 11,00 a 11,50 horas.