



Actividades en Salamanca durante el Día de las Personas Mayores. :: LAYA

Últimos días para inscribirse en dos programas locales para mayores

El viernes termina el plazo para apuntarse en los talleres municipales de Terapia Ocupacional y Prevención de Caídas

REDACCIÓN / WORD

SALAMANCA. El Ayuntamiento de Salamanca mantiene el plazo abierto para participar en 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 de Salamanca). 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.

Las personas mayores interesadas en participar en ambos progra-

mas, deben formalizar la inscripción en el Centro Municipal de Mayores Juan de la Fuente (calle Juan de la Fuente, 1) antes del viernes.

Metas

La propuesta de Terapia Ocupacional 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.

Entre algunos de los temas que se tratarán en las mismas se encuentran 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 Chamberí, María Auxiliadora, Puente Ladrillo, Vidal, Tormes, La Vega y la Golondrina

Respecto al 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 minutos cada una.

La adjudicación de plazas se realizará mediante sorteo público el 1 de marzo de 2018 a las 10:00 horas en el centro municipal de mayores citado. Ambas propuestas 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.