

viernes 12 de febrero de 2021

La Laguna pone en marcha un programa de ocio, bienestar y formación 'a domicilio' para personas a partir de 60 años

Bienestar Social abre el plazo de inscripción para una veintena de actividades 'online' que incluyen yoga, zumba, bailes, uso de las TIC, gimnasia cerebral o gestión emocional



El Área de Bienestar Social del Ayuntamiento de La Laguna ha puesto en marcha el programa **online** de talleres y cursos Mayores en Acción, una iniciativa dirigida a las personas a partir de 60 años y que, en esta ocasión, hace una apuesta por "la formación digital y sin salir de casa para recuperar actividades de apoyo esenciales para la salud, el bienestar, la integración tecnológica y el ocio saludable de un colectivo muy afectado por las medidas de prevención y restricciones asociadas a la pandemia", como destaca el concejal de Bienestar Social, Rubens Ascanio. La inscripción se puede realizar a través de la web municipal o llamando al teléfono de información

623046726 y las actividades comenzarán el 22 de febrero.

El programa, de carácter semestral, incluye una veintena de cursos distribuidos en cinco grupos, que son Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), para mejorar el uso y aprovechamiento de internet y diferentes aplicaciones móviles; Sociocultural y de tiempo libre, con tango, expresión corporal, ritmos latinos, oratoria o pintura; Salud y bienestar, con talleres de sexualidad, gestión emocional, gimnasia cerebral o alimentación; y, dada su elevada demanda por parte de este grupo de población, dos grupos específicos de yoga y zumba.

Este programa formativo será totalmente virtual para garantizar la seguridad de las personas de más de 60 años, en tanto colectivo especialmente vulnerable a la COVID-19, y todas las actividades se impartirán a través de la plataforma de videoconferencia Zoom. Para favorecer el acceso al mayor número de participantes posible, las inscripciones se limitarán a dos talleres por persona.

El concejal de Bienestar Social, Rubens Ascanio, explica que, "en este 2021, vamos a apostar por una formación y dinamización **online** que se combine con acciones presenciales de aforos limitados, para ir recuperando una normalidad que es muy esperada por la población mayor y que es una herramienta de lucha contra la soledad y los problemas de salud". Así, recuerda que el Área está preparada para recuperar el programa Plazas Vivas en cuanto la situación sanitaria lo permita y que ya se están ultimando nuevas iniciativas dirigidas a los más de 38.000 vecinos y vecinas de La Laguna que superan los 60 años de edad y que representan el 23,5% de la población del municipio.

Línea telefónica para mayores

Entre las novedades previstas para este año, se incluye la puesta en marcha de una línea municipal de atención telefónica para las personas mayores y de un huerto comunitario en San Benito para este colectivo, un proyecto piloto que desarrollarán conjuntamente las áreas de Medio Ambiente y Bienestar Social. Además, el Área de Drogodependencias va a impulsar un programa de actividades y acciones en torno a la prevención de conductas de riesgo en este grupo de edad, todo ello acompañado de una amplia propuesta de senderismo y actividades en la naturaleza, con grupos reducidos y seguros, que se pondrá en marcha próximamente con el Área de Deportes.

Para luchar contra la soledad no deseada entre las personas mayores, Ascanio anuncia la creación de varias iniciativas, que incluyen el programa Te acompaño, un nuevo servicio de atención domiciliaria de carácter sociocultural; el proyecto Cuentos telefónicos para combatir la soledad, que se desarrollará conjuntamente con la Biblioteca Municipal; un taller literario y de publicación de la memoria viva, así como el proyecto El Legado, con el que se quiere visibilizar los consejos y experiencias de las personas mayores del municipio a través de vídeos cortos orientados a una transmisión intergeneracional.

La Laguna Cuida

Además, ya se ha puesto en marcha La Laguna Cuida, una iniciativa pionera de las áreas de Bienestar Social y Empleo con la que se quiere impulsar la creación de una Red de Cuidados municipal y que ha permitido la contratación de 40 personas con titulación superior y en situación de desempleo.

Este programa, de 9 meses de duración, abordará, de forma integral y por primera vez en el municipio, la soledad no deseada entre las personas mayores y la realidad del colectivo de cuidadoras y cuidadores informales, con tres objetivos claros, que son la promoción del empleo en el sector de los cuidados, cada vez más demandado; la mejora del bienestar social de la comunidad, mediante el desarrollo de acciones que sitúan los cuidados en el centro de la intervención, y una primera aproximación a la identificación de activos comunitarios de la población lagunera.

Asimismo, el concejal de Bienestar Social recuerda que se están dando los últimos pasos para para integrar plenamente a La Laguna en la Red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores, una iniciativa de la Organización Mundial de la Salud que promueve el reconocimiento a la diversidad de las personas mayores, el respeto a sus decisiones y opciones de forma de vida, la promoción de una cultura de inclusión compartida por personas de todas las edades, así como la anticipación y respuesta, de manera flexible, a sus necesidades y preferencias relacionadas con el envejecimiento activo.

Ciudad Amigable

Convertirse en Ciudad Amigable implica adaptar las infraestructuras, servicios y programas municipales para que sean accesibles y respondan a las necesidades de las personas mayores. Para ello, se ha elaborado un diagnóstico participativo, en el que “300 vecinos y vecinas se han implicado y colaborado para que, entre todos y todas, podamos decidir qué modelo de municipio tenemos que construir para ser realmente una localidad amigable con las personas mayores, que promueva el envejecimiento saludable y activo, que mejore y adapte su entorno físico y social y que, sobre todo, se preocupe de que sus mayores tengan calidad de vida, se sientan seguros y participen en la sociedad de forma plena y activa”, destaca Ascanio.

