

La Mancomunidad de Liébana y Peñarrubia a través de los Servicios Sociales vuelve a poner en marcha el programa Envejecimiento Activo: Dinamización de mayores en tiempos de COVID. Este programa se lleva realizando desde 2004 y se ha venido consolidando desde entonces hasta la actualidad, por lo que en esta nueva etapa hemos retomado el apoyo a distancia con un programa adaptado a la situación actual (Covid 19). Ahora queremos dar un paso más, ¿qué vamos a hacer?

Queremos apoyaros tanto telefónicamente, como a través de los dispositivos con la aplicación WhatsApp, ofreciendo apoyo emocional para minimizar el aislamiento en el que nos encontramos actualmente, también fomentando las relaciones interpersonales entre todos, así como promoviendo la enseñanza del uso de las nuevas tecnologías o redes sociales a aquellos participantes que lo demanden.

Asimismo estamos preparando material de estimulación cognitiva para poder enviaros a vuestras casas en caso de estar interesados. A través de ellos pretendemos potenciar o mejorar aspectos como la memoria, la capacidad de concentración, el desarrollo de la atención, lenguaje, habilidades de cálculo, y lo que es más importante, ayudar a mantener la autonomía.

De momento las rutas se siguen manteniendo puesto que son al aire libre, aunque actualmente (noviembre) se organizarán rutas en los distintos municipios y en grupos reducidos ya que pretendemos mantener en todo momento las medidas de seguridad. Hemos tomado esta decisión debido a las restricciones de movilidad actuales, por lo que solo podrán participar si es en su municipio. Nuestro propósito con las rutas es fomentar la socialización, crear lazos de unión frente al sentimiento de soledad, así como una estimulación a nivel motor que permita mantener tanto nuestra salud física como la salud mental.

Este programa ya ha dado comienzo en octubre teniendo hasta el momento un total de 320 participantes. Creemos que juntos podemos favorecer una comunicación e intercambio de experiencias de toda la población de Liébana y Peñarrubia y detectar posibles situaciones de necesidad o aislamiento que podamos atender desde los Servicios Sociales.

Si quieres participar contacta al:

610632718