



Se trata de una actividad más que apuesta por el envejecimiento activo de los mayores de la Comunidad

El Gobierno regional pone en marcha el taller “Laboratorio de ideas para envejecer feliz”

- Está dirigido a personas mayores de 60 años que utilizan habitualmente los centros de mayores
- El primer taller tendrá lugar el próximo jueves 26 de mayo
- El objetivo es potenciar el envejecimiento activo
- En estos talleres se trabajan técnicas de comunicación como la escucha, el respeto del turno de palabra y la empatía

22 de mayo de 2016.- El Gobierno de la Comunidad de Madrid, con la colaboración del Colegio Profesional de Educadores y Educadoras, va a poner en marcha el taller “Laboratorio de ideas para envejecer feliz”. Esta actividad consiste en un ciclo de 5 charlas-coloquio centradas en analizar las experiencias y expectativas de los participantes frente al reto del proceso de envejecimiento, ofreciendo pautas para un mejor aprovechamiento de los recursos, tanto personales, como sociales y para que consigan readaptarse a los cambios que surgen durante este proceso en todos sus ámbitos: salud, familia, conexión social, participación ciudadana e intergeneracionalidad.

El objetivo principal de este taller es generar espacio de debate donde las personas mayores analicen los distintos aspectos de su proceso de envejecimiento para mejorarlo hacia un envejecimiento feliz y responsable. Además, se reforzará su potencial personal, familiar y social y de comunicación con el resto de generaciones, dando un paso adelante como ciudadanía activa y responsable.

Este taller está dirigido a personas mayores de 60 años, que utilizan habitualmente los centros de mayores. A cada charla acudirán grupos de veinte personas, y tendrán una duración de dos horas. El primer laboratorio se va a desarrollar en el Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz el próximo jueves 26 de mayo y se extenderá posteriormente a otros municipios de la región.



PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO

El trabajo a realizar partirá de las experiencias y conocimiento del grupo de asistentes, trabajando el aprendizaje de técnicas de comunicación básicas como la escucha, el respeto del turno de palabra y la empatía. De igual manera, estos talleres actividades al envejecimiento activo e intergeneracionalidad, como referentes indispensables de un envejecimiento feliz.

El Gobierno de Cristina Cifuentes tiene entre sus compromisos la promoción del envejecimiento activo y el fomento de la autonomía personal y calidad de vida de las personas mayores de la región. Para ello, la Comunidad de Madrid cuenta con programas referentes a nivel nacional en este sentido, con el objetivo de evitar y/o retrasar la dependencia.

La Comunidad de Madrid cuenta con 34 centros de mayores donde se realizan cada año más de 4.000 actividades de envejecimiento activo relacionadas con el ocio, el deporte, la cultura, así como talleres de promoción de vida activa para informar sobre hábitos de vida saludables. Actualmente, estos centros cuentan con más de 375.000 socios, lo que supone un aumento de casi un 4% con respecto al año anterior.

