

La consejera, Lola Moreno, ha visitado hoy el centro Alonso Heredia para celebrar el Día Internacional de las Personas Mayores

La Comunidad programa más de 1.600 cursos y talleres para los centros de mayores de la región

- Se ha incluido una amplia oferta de actividades enfocadas a romper la brecha digital de los mayores
- La Comunidad trabaja para poner en marcha un Centro Virtual de Mayores beneficiando a sus 400.000 socios

1 de octubre de 2018.- La Comunidad de Madrid ha presentado hoy los más de 1.600 cursos y talleres que se van a impartir en los 32 centros de mayores de la Agencia Madrileña de Atención Social (AMAS), y que como novedad incluyen una oferta de actividades enfocadas a romper la brecha digital de las personas mayores, formándolas en el uso de internet y de las nuevas tecnologías.

Con motivo de la celebración del Día Internacional de las Personas Mayores, la consejera de Políticas Sociales y Familia, Lola Moreno, ha visitado el Centro de Mayores Alonso Heredia, donde ha conocido algunos de los cursos y talleres que allí se imparten, así como los programas especializados de intervención, como 'mayores en situación de riesgo', que fomenta el bienestar y habilidades de personas mayores que cumplen criterios de fragilidad.

Una de las novedades que se han presentado hoy es el curso 'Haz trámites por internet', como parte de la nueva oferta de actividades dirigidas al aprendizaje de informática y uso de las nuevas tecnologías, desarrollado en colaboración con la Fundación Obra Social la Caixa. Y es que, uno de los principales objetivos del Gobierno regional es romper la brecha digital de las personas mayores acercándoles herramientas que faciliten su autonomía. "Tenemos programadas aulas abiertas de informática, cursos de iniciación al uso del móvil y de las redes sociales y, en definitiva un amplio abanico de actividades pensadas para romper esa brecha digital", ha explicado Moreno.

Además, la Comunidad de Madrid está trabajando en la creación de un 'Centro de Mayores Virtual' que, a través de una plataforma digital, incluya contenidos centrados en el ocio, entretenimiento o cultura. "En definitiva, -ha añadido la consejera-, una información útil y atractiva para nuestros mayores, que favorezca el envejecimiento activo y saludable y que beneficiará a los más de 400.000 socios de los Centros de Mayores de la región".

Durante los próximos ocho meses están programados más de 1.600 cursos y talleres en los centros de mayores de la Comunidad, que superan las 110.000 horas lectivas. En el curso 2017-2018 hubo un total de 72.300 participantes.

ACTIVIDADES QUE FOMENTEN EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO

Dentro de la amplia oferta de actividades dirigidas a la promoción del envejecimiento activo, se incluyen cursos, programas e iniciativas que abordan diferentes áreas y disciplinas. Así, se programan actividades físico-preventivas y de promoción de la salud, dirigidas a mejorar el estado físico de las personas mayores y fomentar los hábitos saludables. En este apartado se encuadran deportes como el baloncesto, así como gimnasia de mantenimiento, senderismo, yoga, pilates o tai-chi. También hay programadas actividades para mejorar la expresión corporal o la memoria.

Otros cursos buscan fomentar la participación y la comunicación de los mayores. A este grupo pertenecen los cursos de actividades para el mantenimiento de una vida autónoma, como alfabetización o corte y confección, y los cursos de habilidades manuales, de los cuales hay un amplio catálogo: cerámica, arcilla, bolillos, encuadernación, marquetería, manualidades, además de los cursos de informática.

También destacan las actividades artísticas y culturales, que incluyen desde los bailes de salón y las sevillanas a la pintura, pasando por el teatro o los coros y rondallas, sin olvidar los cursos de idiomas, de Historia o de Literatura.

Parte de todos estos cursos y talleres son impartidos por mayores voluntarios, de los cuales, cerca de mil, proceden del programa de voluntariado 'Mayores Maestros', iniciativa conjunta de la Consejería y de la entidad Proyecto Los Argonautas. La edad media de estos voluntarios es de 75 años, con lo que de esta manera se consigue fomentar el envejecimiento activo y el retraso de la dependencia tanto en los alumnos como en los maestros, otorgando a los mayores un rol fundamental en la transmisión de conocimientos.

Como ha indicado la consejera: "los centros de mayores cumplen un papel esencial, potenciando las relaciones sociales de los mayores, evitando la vida sedentaria, fomentando su participación social, acercándoles todas aquellas actividades que les pueden resultar de interés y que, quizá, en otro momento de su vida no han podido acercarse a ellas". Todas los programas y actividades desarrollados por la Comunidad de Madrid contribuyen a que Madrid tenga la esperanza de vida más alta de toda Europa, alcanzando los 87,8 años en las mujeres y 82,2 años en los hombre.