Comunidad de Madrid

Medios de Comunicación

El Programa Interuniversitario ha contado con más de 1.100 alumnos mayores de 55 años

La Comunidad de Madrid incrementa la oferta de talleres de envejecimiento activo y saludable

- En 2019 se realizaron 110 talleres, un 10% más que los realizados en 2018, con 1.590 participantes mayores de 60 años
- Una treintena de centros de mayores convocan más de 4.000 actividades que promueven la autonomía y el ocio activo

19 de enero de 2020.- La Comunidad de Madrid ha incrementado el número de talleres de envejecimiento activo y ocio saludable para personas mayores, dentro del programa que desarrolla junto a 64 ayuntamientos de la región. De este modo, en 2019 se realizaron 110 talleres, un 10% más que los realizados en 2018, a los que asistieron 1.590 personas mayores de 60 años.

Los talleres desarrollados han incluido actividades como la 'Escuela de abuelos', actividades físicas para tener 'Más calidad de vida', un 'Laboratorio de ideas para envejecer feliz', el taller informático 'Sácale partido a tu *smartphone*', un taller jurídico y otro de consumo. Uno de los talleres más demandados ha sido el de fisioterapia, en el que han participado 365 personas. También ha tenido un gran éxito el taller orientado al uso del teléfono móvil, con 364 participantes.

Esta iniciativa se une a otras muchas actividades de envejecimiento activo que lleva a cabo el Gobierno regional para favorecer una vida saludable y prevenir futuras situaciones de dependencia, cuidando las condiciones físicas, psicológicas y afectivas de los participantes.

Muchas de ellas se desarrollan en los 32 centros de mayores de la Comunidad de Madrid, con más de 4.000 actividades que promueven la autonomía y el desarrollo de habilidades, entre las que se incluyen los programas de rehabilitación, mayores en situación de riesgo, taichí, yoga, bailes de salón, idiomas, gimnasia o trabajos manuales.

En general, la presencia en todos los talleres ha sido mayoritariamente femenina, ya que el 72% de los asistentes a estas actividades han sido mujeres, que han optado principalmente por 'Más calidad de vida', con 284 participantes, 'Laboratorio de ideas para envejecer feliz', con 212 participantes femeninas y 'Taller Jurídico', elegido por 212 mujeres.

Comunidad de Madrid

Medios de Comunicación

PROGRAMA INTERUNIVERSITARIO PARA PERSONAS MAYORES

Junto a las actividades en los centros, se desarrollan otros programas externos como el Programa Interuniversitario 2019, puesto en marcha por la Comunidad y las universidades públicas Carlos III, Rey Juan Carlos y Alcalá, en el que han participado 1.105 personas mayores de la región.

Este programa, en su segunda edición, ha estado dirigido a residentes en nuestra Comunidad que hayan cumplido 55 años y hayan cursado el programa 'Universidad de mayores', en cualquiera de las universidades públicas madrileñas. Su objetivo es ofrecerles una amplia oferta de formación de carácter interuniversitario, que les permita mantenerse activos intelectualmente y favorezca su desarrollo y les permita tener una actividad social.

En la programación 2019 se han impartido 35 seminarios, con temáticas relacionadas con las ciencias sociales, las ciencias de la salud, la tecnología, la filosofía, la literatura, la historia o el arte. Los seminarios tienen diez horas lectivas y se imparten a un máximo de 50 alumnos, repartidos en dos semestres, de febrero a mayo y, de septiembre a noviembre.