Comunidad de Madrid

Medios de Comunicación

El plazo de inscripción en las distintas actividades está abierto hasta el próximo 30 de octubre, a través del teléfono 900 100 290

La Comunidad pone en marcha un centenar de talleres *online* gratuitos para mayores de 60 años

- La oferta incluye cursos relacionados con salud, desarrollo personal, informática o tertulia literaria para promover la ocupación activa del tiempo libre
- Más de 13.000 mayores participaron el pasado año en estas actividades, que se retoman ahora de manera telemática debido a la pandemia

25 de octubre de 2020.- La Comunidad de Madrid, a través de la Consejería de Políticas Sociales, Familias, Infancia y Natalidad, va a poner en marcha un centenar de talleres *online* gratuitos orientados a promover la ocupación activa del tiempo libre, la participación social y la convivencia de las personas mayores de 60 años de la región.

Estos talleres, que se desarrollan en colaboración con la Fundación La Caixa, ofrecen distintos cursos relacionados con temáticas como la salud, el desarrollo personal, la informática o la tertulia literaria. Así, los mayores participantes podrán aprender ejercicios de equilibrio, fuerza y potencia muscular para mejorar su condición física con el taller *En forma*; conocer los distintos programas y posibilidades de comunicación que ofrecen las herramientas informáticas en *Videoconferencias*, o compartir la lectura y el análisis de los libros seleccionados en el taller de *Amigos lectores*.

Los mayores interesados pueden inscribirse hasta el próximo 30 de octubre, en un máximo de tres talleres, a través del teléfono gratuito 900 100 290, en horario de 10.00 a 18.00 horas. Para poder participar en las actividades deben disponer de un ordenador, *tablet* o móvil con cámara, altavoz, micrófono incorporado y conexión a internet, además de una dirección de correo electrónico.

Estos cursos forman parte del Programa de Envejecimiento Activo de la Comunidad de Madrid, dirigido a mejorar el bienestar de las más de 1,4 millones de personas mayores de 60 años que viven en la región. El pasado año más de 13.000 mayores participaron en las actividades de este programa, que debido a la crisis sanitaria provocada por el COVID-19 se están retomando ahora de manera *online.*