



DIPUTACIÓN  
DE LEÓN

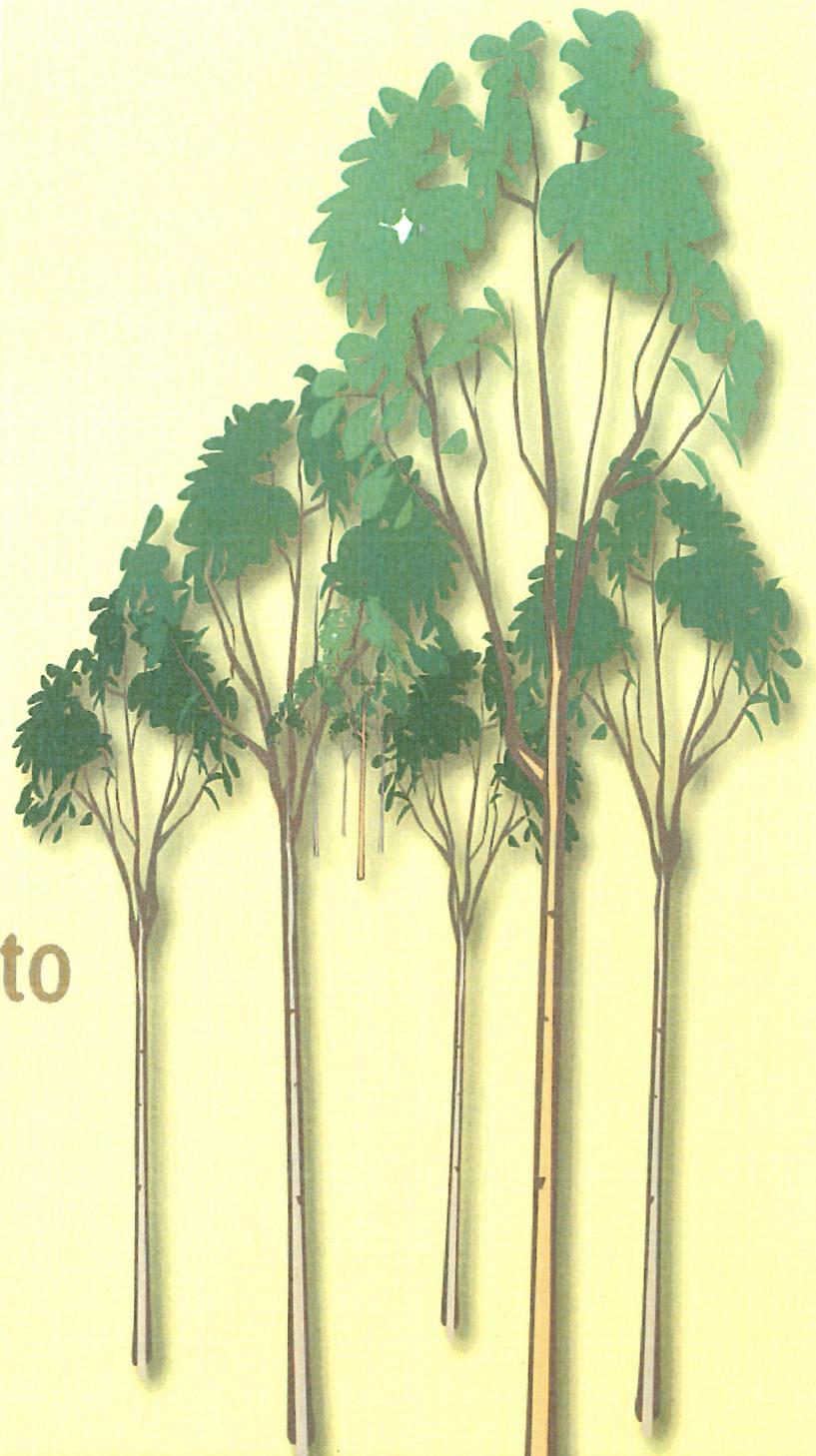
DERECHOS SOCIALES Y  
TERRITORIO SOSTENIBLE

P

rograma  
integral

de

e nvejecimiento  
activo



t

aller de envejecimiento activo

*ponle vida a los años, no años a la vida*

Lugar: VEGAS DEL CONDADO O LOCALIDADES DEL MUNICIPIO

Días: DESDE OCTUBRE de 2024 a JUNIO 2025

Horario: Un día a la semana durante 1 hora y media, por determinar horario mañana o tarde.



DIPUTACIÓN  
DE LEÓN

## **PROPUESTA TALLERES DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO 2024-2025.** **DIPUTACIÓN DE LEÓN.**

Dentro del Programa Integral de Envejecimiento Activo en Castilla y León, la Diputación de León tiene previsto que se lleven a cabo varios talleres por cada CEAS de la provincia leonesa.

Su objetivo general es: *"La mejora de la calidad de vida de las personas mayores, mediante el desarrollo unificado y coordinado entre Administraciones y entidades, de acciones de carácter preventivo que promuevan la adquisición, por las personas mayores, de actitudes, conocimientos y habilidades para optimizar la salud y sus capacidades en la esfera física y psíquica, así como un nivel adecuado de interacción y desenvolvimiento en su entorno."*

Se estructuran los talleres a impartir en las tres Áreas de trabajo que se recogen en el programa integral de envejecimiento activo en Castilla y León.

- 1.- Área de promoción de la salud y la actividad física.
- 2.- Área de salud psíquica y estimulación cognitiva.
- 3.- Área de habilidades sociales y relación con el entorno.

### **-Duración de cada taller:**

35 sesiones de hora y media, una o dos sesiones semanales, con un total de 52 horas y media.

La impartición de los talleres, se realizará, en horario de mañana y de tarde, en función de la disponibilidad de los participantes.

**El coste de la actividad es de 7 euros por participante.**



### **-Calendario impartición de talleres.**

Desde octubre de 2024, hasta el 30 de mayo de 2025.

### **-Participantes:**

Personas mayores de 60 años, residentes en municipios de menos de 20.000 habitantes de la provincia de León. El número de participantes por taller será de ocho a veinte como máximo, con posibilidad de organizar varios grupos siempre que el número de solicitantes así lo exigiera.

### **-Lugar de realización:**

Los talleres se llevarán a cabo en las localidades de los municipios menores de 20.000 habitantes de la provincia de León; los locales deberán reunir las condiciones adecuadas para su ejecución (calefacción, eliminación de barreras y accesibilidad, iluminación natural y eléctrica, aseos...) y cualquier otra que fuera necesaria para la realización de los mismos.

Una vez se hayan inscrito las personas interesadas de cada municipio, la valoración y selección de los talleres se hará en base a unos criterios objetivos establecidos: número de personas, dispersión o aislamiento geográfico, realización de otros cursos, espacio disponible adecuado, etc..

**El plazo máximo para que se inscriban los/as posibles participantes será hasta el día 26 de septiembre de 2024.**

A partir de esa fecha se contactará con los municipios seleccionados para realizar las fichas individuales de cada participante.

**La inscripción de los interesados pueden hacerla en cada localidad o Municipio, o bien a través de cada Asociación o grupo que se establezca desde el mismo.**