

AULA DE RESPIRO FAMILIAR



Método VIVIFRAIL

ES UN PROGRAMA DE PROMOCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO PARA LA PREVENCIÓN DE LA FRAGILIDAD Y LAS CAIDAS EN LAS PERSONAS MAYORES.

PROMOVIDO POR EL CENTRO DE SALUD Y DESARROLLADO DIARIAMENTE EN EL AULA .



Ejercicios COGNITIVOS

SE REALIZAN UN CONJUNTO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS A MANTENER Y/O PERFECCIONAR EL FUNCIONAMIENTO COGNITIVO EN GENERAL A TRAVÉS DE EJERCICIOS DE MEMORIA, LENGUAJE, ATENCIÓN, CONCENTRACION, ETC.)

JUEGOS

SE JUEGA A LOS BOLOS, A LA RANA, A LAS ANILLAS, ETC. A TRAVÉS DE DICHOS JUEGOS SE BUSCA REDUCIR EL IMPACTO QUE EL ENVEJECIMIENTO PUEDE TENER EN SUS CAPACIDADES FUNCIONALES Y SENSORIALES, EN SU AUTOESTIMA Y EN SU INTERÉS POR LAS RELACIONES SOCIALES.

PSICOMOTRICIDAD

SE REALIZAN DIVERSOS EJERCICIOS DE PSICOMOTRICIDAD CON DIFERENTES MATERIALES (BALONES, CHURROS DE GOMAESPUMA, PAÑUELOS, ETC. CON ELLOS SE TRABAJA LA COORDINACIÓN, EL MOVIMIENTO DE LAS ARTICULACIONES , EL BIENESTAR EMOCIONAL, LA COGNICIÓN, ETC.



TRANSPORTE ADAPTADO

DEBIDO A UN ACUERDO ENTRE CRUZ ROJA DE CASCANTE Y EL AYUNTAMIENTO AQUELLAS PERSONAS QUE NECESITEN DE TRANSPORTE PARA ACUDIR AL SERVICIO DISPONDRÁN DE PLAZA GRATUITA (SIEMPRE BAJO DISPONIBILIDAD)



BINGO

AL FINALIZAR LA JORNADA SE REALIZA UN BINGO CON EL QUE SE TRABAJAN MULTITUD DE FACTORES (ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN, PINZA FINA, MEMORIA, AUTOESTIMA, Y POR SUPUESTO SIEMPRE BUSCANDO EL INTERÉS Y LA DIVERSIÓN DE LOS PARTICIPANTES.

Más información: Ayuntamiento de Cascante (948-851450)

PROGRAMA FINANCIADO POR EL GOBIERNO DE NAVARRA