



La Obra Social "la Caixa" confirma su compromiso con las personas mayores de Formentera con la firma de un convenio con el Consell Insular de Formentera para impulsar el proyecto de envejecimiento activo y saludable Gente 3.0. Jaume Ferrer Ribas, presidente del Consell Insular de Formentera y Josep Marí Mayans, director de "la Caixa" de San Francesc Xavier, han renovado el convenio de colaboración.

La nueva generación de personas mayores

El objetivo del nuevo programa es fomentar la participación activa de las personas mayores y hacerlas presentes en nuestra sociedad, adaptándose a la vez a sus necesidades actuales. Se busca fomentar unos hábitos más saludables y contribuir a mantenerse activo, tanto física como mentalmente, y olvidarse así de los mitos de la edad.

Proyectos de Formación en Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC):

Aproximación a las Nuevas Tecnologías: Taller dirigido a aquellas personas que no han tenido la oportunidad de acercarse a la informática. El objetivo principal es que los participantes adquieran los conocimientos esenciales, como usuarios, sobre el hardware y el software y que puedan desarrollar habilidades digitales básicas.

Creación de Proyectos digitales I: Taller que pretende fomentar el aprendizaje de las tecnologías mediante la elaboración de un proyecto, que se define según las inquietudes y motivaciones de los participantes. En este primer nivel los participantes aprenden a utilizar programas de edición de textos e imágenes, sin olvidar los recursos que ofrece Internet para publicar contenidos digitales.

Creación de Proyectos digitales II: El objetivo principal de estos talleres es que los participantes

diseñen y desarrollen un proyecto a la vez que adquieran conocimientos informáticos. En este segundo nivel se aprende a utilizar herramientas de presentación de proyectos en formato digital.

Redes Sociales: En este taller, los participantes con unos conocimientos básicos en la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), se introducen en el uso de las redes sociales a la vez que les ayuda a comprender para qué sirven y, en consecuencia, decidir cómo las pueden aplicar a su vida cotidiana para ampliar y/o mejorar sus posibilidades de comunicación con el entorno más próximo.

La Red, en nuestro día a día: El objetivo de este taller es adquirir conocimientos en el uso y comprensión de las herramientas y aplicaciones digitales más representativas.

Proyectos de Participación Social y Voluntariado:

Grandes lectores: Participación en tertulias en torno a la lectura de un libro escogido especialmente por su temática y dinamizado por voluntarios.

Acción local: Desarrollar un proyecto de voluntariado con las entidades y agentes del territorio en función de las necesidades específicas de cada zona. Por ejemplo, CiberCaixa Solidaria con colectivos en riesgo de exclusión social, etc. Se contemplan dos actividades formativas:

1. Definición del proyecto de acción local: Planteamiento de objetivos y temporalización.
2. Formación específica para el proyecto de acción local.

Actividades Intergeneracionales: El objetivo de estas actividades es promover las relaciones intergeneracionales para acercar a las personas de diferentes grupos de edad con el ánimo de enriquecer los vínculos y el conocimiento mutuo, utilizando las TIC como herramienta para la interacción.

Talleres de Promoción de la Salud y Bienestar:

Despertar con una sonrisa: Contribuir al bienestar y la salud, con el objetivo de dar respuesta a las preocupaciones que a menudo surgen entre las personas mayores por el hecho de no dormir bien, y con la voluntad de informarlas para tener más conocimiento en torno el sueño y sus alteraciones y ofreciendo estrategias que les ayuden a conseguir un descanso nocturno reparador.

Actívate: Da a conocer cómo funciona nuestro cuerpo, especialmente el cerebro, y cuáles son los efectos del envejecimiento poniendo al alcance herramientas para detectar la diferencia entre envejecimiento y enfermedad, además, ayuda a entender la importancia de llevar una vida activa para disfrutar de un mejor bienestar en esta etapa de la vida.

Grandes lectores dinamizado por profesionales: Participación en tertulias en torno a la lectura de un libro, elegido especialmente por su temática. Este taller será dinamizado por profesionales y se realizará en aquellos centros donde se valore la dificultad de que sea conducido por voluntarios.

ActivaLaMent: Una plataforma virtual que tiene como objetivo estimular las capacidades cognitivas para mantener la mente activa e incrementar la autonomía personal. La plataforma se desarrolla a través de diferentes actividades que ejercitan seis áreas cognitivas principales: atención y concentración, memoria, procesamiento visual y auditivo, lenguaje y funciones

ejecutivas. Habrá sesiones de divulgación de la plataforma entre los usuarios, voluntarios y profesionales de los centros.

Un amplio programa para la gente mayor

La Obra Social "la Caixa" desarrolla su Programa de personas mayores en 21 centros de Baleares. Son cuatro centros recreativos propios, cinco en convenio con el Instituto Mallorquín de Asuntos Sociales del Consell de Mallorca, un convenio con el Consell de Ibiza, un convenio con el Consell Insular de Formentera, un convenio con el Consell de Menorca, y nueve en convenio con ayuntamientos. En el año 2012 participaron 8.948 personas mayores en las 299 actividades programadas, destinadas a fomentar un envejecimiento activo.