OBSERVATORI DE LES PERSONES MAJORS DE MALLORCA

Catàleg d'activitats i recursos per a la promoció de l'envelliment actiu i saludable

(4a edició, 2020)

observatorimajors@imas.conselldemallorca.net

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

GRUP DE TREBALL DE PROMOCIÓ D'OPORTUNITATS DE SALUT
(Comissió de treball Promoció de l'Autonomia,
Observatori de les Persones Majors de Mallorca)

Integrants del grup de treball:

Maria E. Álvarez Moreira	Creu Roja
Margalida M. Batle Mayrata	Ajuntament Marratxí
Elena Cabeza Irigoyen	Conselleria de Salut
Catalina Coll Díaz	IMAS (Cap de Servei Gent Gran)
María Isabel Cuart Sintes	IMAS (coordinació grup de treball)
Joana Maria Fiol i Amengual	IMAS (Secció Foment de l'Autonomia)
Alicia Leiva Mir	Col·legi Oficial de Psicologia
Caterina J. Massuti Sureda	IMAS (Llar Reina Sofia)
Lourdes Amer Forteza	Sar Quavitae
Tomàs Alias Aguiló	Col·legi Oficial de Fisioterapeutes
Enric Benito Oliver	Col·legi Oficial de Metges
Pere Palou Sampol	Universitat de les Illes Balears
Gloria Cardenal Félix	Col·legi Oficial de Terapeutes Ocupacionals
Rosa Perelló Ferrer	Fundació Balear d'Atenció a la Dependència
Natalia Reinares Gagneten	Intress
Carmen Moreno Hoyos	Col·legi Oficial d'Infermeria
Antònia Segura Rotger	GREC
Belén Vaquer	Intress
Carlos Vecina Merchante	GREC

Entitats i administracions que han facilitat la informació inclosa en aquest catàleg:

- Institut Mallorquí d'Afers Socials (IMAS)
- Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca
- Conselleria de Serveis Socials i Cooperació: Fundació d'Atenció i Suport a la Dependència i de Promoció de l'Autonomia Personal de les Illes Balears
- Direcció Insular de Promoció Sociocultural, Departament de Participació Ciutadana i Presidència, Consell de Mallorca
- Ajuntaments d'Alcúdia, Alaró, Banyalbufar, Binissalem, Búger, Calvià, Campos, Capdepera, Consell, Deià, Estellencs, Felanitx, Fornalutx, Llucmajor, Inca, Manacor, Mancor de la Vall, Palma i Puigpunyent.
- Universitat Oberta per a Majors (UOM)
- Creu Roja
- Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia
- Obra Social "la Caixa"
- Hospital Sant Joan de Déu
- Intress
- Atenzia
- Federació d'Associacions de Jubilats i Pensionistes de la CAIB

Índex

Per anar directament a les fitxes del catàleg d'un municipi en concret cal fer un doble clic sobre el nom del municipi que trobareu a l'índex. Dins cada municipi, les activitats estan ordenades per les categories següents, i amb aquest ordre (alfabètic): activitat física, activitat manual/artística, alimentació, benestar emocional, estimulació cognitiva, formació/educació d'adults, intergeneracional, noves tecnologies, oci i temps lliure, prevenció d'accidents, suport al cuidador, suport psicosocial i voluntariat. Per accedir directament a les fitxes de les activitats i recursos generals, no exclusius d'un municipi en concret, sinó a disposició dels que en facin la demanda, que es troben al final del document, cal fer un doble clic sobre el punt 2 "Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda".

ÍNDEX 5

1. RECURSOS PER MUNICIPI 9
1.1. Alaró *9*
1.2. Alcúdia *20*
1.3. Algaida *49*
1.4. Andratx *53*
1.5. Ariany *58*
1.6. Artà *61*
1.7. Banyalbufar *64*
1.8. Binissalem *67*
1.9. Búger *73*
1.10. Bunyola *78*
1.11. Calvià *81*
1.12. Campanet *96*
1.13. Campos *99*
1.14. Capdepera *107*
1.15. Consell *122*
1.16. Costitx *132*
1.17. Deià *135*
1.18. Escorca *138*
1.19. Esporles *139*
1.20. Estellencs *144*
1.21. Felanitx *147*
1.22. Fornalutx *196*

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

1.23. Inca.....203
1.24. Lloret de Vistalegre.....222
1.25. Lloseta.....225
1.26. Llubí.....229
1.27. Llucmajor.....232
1.28. Manacor.....260
1.29. Mancor de la Vall.....304
1.30. Maria de la Salut.....309
1.31. Marratxí.....312
1.32. Montuïri.....328
1.33. Muro.....331
1.34. Palma.....335
1.35. Petra.....526
1.37. Porreres.....537
1.38. Puigpunyent.....540
1.39. Sa Pobla.....551
1.40. Sant Joan.....555
1.41. Sant Llorenç des Cardassar.....558
1.42. Santa Eugènia.....561
1.43. Santa Margalida.....564
1.44. Santa Maria del Camí.....567
1.45. Santanyí.....572
1.46. Selva.....580
1.47. Sencelles.....583
1.48. Ses Salines.....586
1.49. Sineu.....589
1.50. Sóller.....592
1.51. Son Servera.....608
1.52. Valldemossa.....612
1.53. Vilafranca de Bonany.....615
2. RECURSOS/ACTIVITATS A DISPOSICIÓ DELS MUNICIPIS QUE EN FACIN LA DEMANDA:.....618
2.1. Organitzats per Creu Roja.....618
2.2. Organitzats per l'Obra Social "la Caixa".....621
2.3. Organitzats per l'Institut Mallorquí d'Afers Socials, i pel mateix en coordinació amb la Conselleria de Salut i la Fundació d'Atenció i Suport a la Dependència i Promoció de l'Autonomia Personal.....623
2.4. Organitzats per l'Universitat Oberta per a Majors.....626
2.5. Organitzats pel Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears (COPPIB).....628
2.6. Organitzats per la Conselleria de Turisme i Esports.....633
3. DISTRIBUCIÓ TIPOLOGIA D'ACTIVITATS PER MUNICIPI.....635

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Introducció

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) ha impulsat, per al període 2020-2030, la Dècada de l'envelliment saludable, amb l'objectiu de conscienciar i impulsar mesures que contribueixin a afrontar aquesta darrera etapa sense malalties i també que fomentin un estil de vida actiu, tant pel que fa a les habilitats físiques com cognitives.

En aquesta mateixa filosofia es mou l'Observatori de Persones Majors de Mallorca per la qual cosa, amb l'objectiu d'ajudar-vos a afrontar aquesta etapa de la vida de manera activa, hem editat, un any més, aquest catàleg de recursos i serveis: una publicació on us podeu informar sobre les diferents activitats que les administracions i les entitats del tercer sector duen a terme a la nostra illa per fomentar un envelliment actiu.

Si bé aquesta publicació s'ha editat en un format electrònic, per poder fer-ne una bona difusió i, a la vegada, poder-la actualitzar de manera periòdica, també la podeu imprimir per municipis i fullejar en format més tradicional, ja que no ens oblidam que es tracta d'un catàleg dirigit a les persones majors i alguns podeu tenir problemes per accedir-hi com a conseqüència de l'anomenada «bretxa digital».

En aquesta nova edició del catàleg, podreu consultar informació actualitzada sobre les diferents activitats i serveis impulsats o supervisats per les administracions o per les principals entitats del tercer sector per fomentar les vostres habilitats socials i cognitives. Igualment, des de l'Observatori volem fer-vos partícips de la publicació d'aquest catàleg, per la qual cosa us animam a ajudar-nos a incorporar-hi totes les activitats del vostre municipi que puguem haver passat per alt. I també us animam a fer un exercici de reflexió per a la planificació de futures línies d'actuació adreçades a les persones grans, a partir de la informació que ara publicam.

Val a dir que per «Dècada de l'Envelliment Saludable» entenem l'estratègia global i el pla d'acció sobre salut i envelliment que la OMS vol dur a terme durant aquests deu anys. Com a envelliment saludable entenem el procés de desenvolupar i mantenir la capacitat funcional que permet el benestar de les persones i, en aquest catàleg, recollim un ample ventall d'iniciatives que poden contribuir a optimitzar aquest procés.

Per acabar, voldria donar les gràcies a totes les entitats i les administracions que heu col·laborat amb l'Observatori per poder recollir la informació de cada un dels serveis, activitats o recursos. Gràcies als diferents ajuntaments mallorquins, a les direccions

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

insulars del Consell de Mallorca, a l'Institut Mallorquí d'Afers Socials, al Govern, als col·legis professionals i les altres entitats que ens heu facilitat tota la informació per poder editar aquest catàleg. Gràcies també a vosaltres, per participar-hi i, si s'escau, fer-nos arribar els vostres suggeriments de millora, perquè entre tots hem d'aconseguir crear una conjuntura social favorable per a l'envelliment actiu i saludable.

Moltes gràcies a tothom i esper que aquest catàleg us sigui d'utilitat.

Javier de Juan Martín

President de l'Observatori de les Persones Majors de Mallorca

1. Recursos per municipi

1.1. Alaró

Alaró

Població: 5.572 habitants
862 persones de més de 64 anys[1]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[1] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Alaró

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitats que milloren la flexibilitat i l'agilitat.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a l'Associació de Persones majors.

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Alaró

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Associació Persones Majors d'Alaró

ADREÇA:
C/de l'ermità Joan Mir, 4

TELÈFON:
971510234

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Francisco Rosselló Campaner
Tel. 971510234
associaciomajorsdalaro@gmail.com

Municipi: Alaró

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Danses del món

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitat física per conèixer les danses d'altres parts del món mentre s'exercita el cos i la ment.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Curs escolar (dimarts de 17.00 a 18.00 h)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a l'Associació de Persones Majors.

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Alaró

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Associació Persones majors d'Alaró

ADREÇA:
C/de l'ermità Joan Mir, 4

TELÈFON:
971510234

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Francisco Rosselló Campaner
Tel. 971510234
associaciomajorsdalaro@gmail.com

Municipi: Alaró

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball de bot

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitat física per conèixer el ball típic de Mallorca.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Curs escolar (els dijous de 18.00 a 19.00 h).

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a l'Associació de Persones Majors.

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Alaró

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Associació Persones Majors d'Alaró

ADREÇA:
C/ de l'ermità Joan Mir, 4

TELÈFON:
971510234

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Francisco Rosselló Campaner
Tel. 971510234
associaciomajorsdalaro@gmail.com

Municipi: Alaró

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Balls de saló

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitat física per conèixer diferents tipus de ball (salsa, ball en línia...).

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Curs escolar (dijous a partir de les 18.00 h)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a l'Associació de Persones Majors.

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Alaró

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Associació Persones Majors d'Alaró

ADREÇA:
C/de l'ermità Joan Mir, 4

TELÈFON:
971510234

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Francisco Rosselló Campaner
Tel. 971510234
associaciomajorsdalaro@gmail.com

Municipi: Alaró

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Natació

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitat física en un mitjà aquàtic.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

DURADA: juliol i agost

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a l'Associació de Persones Majors.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Francisco Rosselló Campaner
Tel. 971510234
associaciomajorsdalaro@gmail.com

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Alaró

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Piscines municipals

ADREÇA:
C/ de l'ermità Joan Mir, 4

TELÈFON:
971510234

Municipi: Alaró

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Alaró

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Formació-educació d'adults

DESCRIPCIÓ:
Millorar la qualitat de vida de les persones grans mitjançant activitats que fomentin l'envelliment actiu.

OBJECTIUS:

- Estimular el manteniment actiu tant físic com psicològic.
- Promoure la consciència d'utilitat i autoestima a les persones majors.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs (els divendres de 17.00 a 18.00 h)

DURADA: Curs escolar (dijous a partir de les 18.00 h)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a l'Associació de Persones Majors.

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Alaró

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Associació Persones Majors d'Alaró

ADREÇA:
C/de l'ermità Joan Mir, 4

TELÈFON:
971510234

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Francisco Rosselló Campaner
Tel. 971510234
associaciomajorsdalaro@gmail.com

Municipi: Alaró

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Manualitats

DESCRIPCIÓ:
Millorar la qualitat de vida de les persones grans mitjançant la realització de manualitats variades.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs (els divendres de 17.00 a 18.00 h)

DURADA: Curs escolar (els dilluns de 16.00 a 17.30 h)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a l'Associació de Persones Majors

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Francisco Rosselló Campaner
Tel. 971510234
associaciomajorsdalaro@gmail.com

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Alaró

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Associació Persones Majors d'Alaró

ADREÇA:
C/de l'ermità Joan Mir, 4

TELÈFON:
971510234

Municipi: Alaró

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de costura

DESCRIPCIÓ:
Millorar la qualitat de vida de les persones grans mitjançant la realització d'activitats de costura (punt, costura, ganxet...).

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs (els divendres de 17.00 a 18.00 h)

DURADA: Curs escolar (els dijous de 16.30 a 18.00 h)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a l'Associació de Persones Majors.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Francisco Rosselló Campaner
Tel. 971510234
associaciomajorsdalaro@gmail.com

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Alaró

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Associació Persones Majors d'Alaró

ADREÇA:
C/de l'ermità Joan Mir, 4

TELÈFON:
971510234

Municipi: Alaró

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals I de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.2. Alcúdia

Alcúdia

Població: 20.241 habitants
2.418 persones de més de 64 anys[2]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[2] Dades Ibestat Padró 2019

C/ General Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Balls de saló

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitat física per conèixer diferents tipus de ball

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Curs escolar (divendres a les 19.00

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Casa de Cultura

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Manolo Romero
Tel. 666558482

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball en línia

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitat física per conèixer diferents tipus de ball

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Socialitzar

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 55 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs modalitat presencial

DURADA: Curs escolar (d'octubre a maig)

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Tercera Edat d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Can Ramis

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178
gentgranalcudia@gmail.com

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Caminades

DESCRIPCIÓ:

Realització d'activitat física que afavoreix la cura de la salut, longevitat adreçada a assolir el benestar físic i mental

OBJECTIUS:

- Afavorir la salut
- Retardar les conseqüències de l'envelliment
- Socialitzar

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 55 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Presencial

DURADA: Octubre a juny (cada 3 setmanes)

ENTITAT ORGANITZADORA:

Associació Tercera Edat d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Can Ramis

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178
gentgranalcudia@gmail.com

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

loga

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitat física integrada amb una gran varietat de tècniques i postures corporals dirigides a assolir el benestar físic i psíquic. Respiració i meditació.

OBJECTIUS:

- Proporcionar benestar físic i psíquic.
- Relaxar-se i ser més conscient de sí mateix.
- Socialitzar

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 55 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Octubre a maig

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Tercera Edat d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Can Ramis

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178
gentgranalcudia@gmail.com

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Tai-Txí

DESCRIPCIÓ:

Realització d'activitat física que afavoreix la cura de la salut, la longevitat i el creixement interior adreçada a assolir el benestar físic i mental.

OBJECTIUS:

- Proporcionar benestar físic i psíquic.
- Relaxar-se i ser més conscient de sí mateix.
- Socialitzar

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 55 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs

DURADA: Octubre a maig

ENTITAT ORGANITZADORA:

Associació Tercera Edat d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Can Ramis

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178
gentgranalcudia@gmail.com

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica correctiva

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitats que milloren la flexibilitat i l'agilitat.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Casa de Cultura

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Manolo Romero
Tel. 666558482

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Es Safrà, Alcúdia

DESCRIPCIÓ:

Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar, els divendres a les 9.30 h

ENTITAT ORGANITZADORA:

Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Responsable infermeria
svallcaneras@ibsalut.caib.es
Tel. 971549777

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

CS Es Safrà, Alcúdia

ADREÇA:

C/ Formentera, S/N

TELÈFON:

971549777

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Unitat Bàsica Port d'Alcúdia

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar, els divendres a les 9.30h

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
svallcaneras@ibsalut.caib.es
Tel. 971548056

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
UB Port d'Alcúdia

ADREÇA:
C/ Ciutadella, 7

TELÈFON:
971548056

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Ceràmica

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitat manual artística realitzada amb les mans amb fang i diferents materials, com per exemple l'esmalt

OBJECTIUS:

- Proporcionar benestar mental
- Desenvolupar la creativitat
- Socialitzar

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 55 anys

DURADA: Octubre a Maig

MODALITAT: Curs

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Tercera Edat d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Casa de cultura

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Dibuix

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitat artística per aprendre a realitzar dibuixos, expressar gràficament imatges sobre un espai pla.

OBJECTIUS:

- Proporcionar benestar mental
- Desenvolupar la creativitat
- Socialitzar

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 55 anys

DURADA: Octubre a Maig

MODALITAT: Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Tercera Edat d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Can Ramis

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178
gentgranalcudia@gmail.com

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Ceràmica

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitat manual artística realitzada amb les mans amb fang i diferents materials, com per exemple l'esmalt

OBJECTIUS:

- Proporcionar benestar mental
- Desenvolupar la creativitat
- Socialitzar

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 55 anys

DURADA: Octubre a Maig

MODALITAT: Curs

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Tercera Edat d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Casa de cultura

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178

Municipi: Alcúdia

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Teatre

DESCRIPCIÓ:

Dramatització d'obres escrites, monòlegs, improvitzacions... utilitzant el cos, la veu, l'espai, per tal de comunicar idees, sentiments, emocions i vivències.

OBJECTIUS:

- Retardar les conseqüències d'envelliment
- Reforçar la memòria
- Socialitzar
- Aprendre a utilizar el llenguatge verbal, corporal, gestual…

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 55 anys

DURADA: Octubre a Maig

MODALITAT: Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

Associació Tercera Edat d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Can Ramis

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178
gentgranalcudia@gmail.com

Municipi: Alcúdia

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Converses anglès

DESCRIPCIÓ:

Practicar la llengua anglesa en grup per a millorar l'escolta d'aquesta llengua i la parla

OBJECTIUS:

- Poder-se comunicar en llengua anglesa amb persones anglòfones, en els viatges…
- Potenciar l'agilitat mental
- Socialitzar

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 55 anys

DURADA: Octubre a juny

MODALITAT: Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

Associació Tercera Edat d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Can Ramis

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178
gentgranalcudia@gmail.com

Municipi: Alcúdia

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia
- Retardar les conseqüències de l'envellimentm
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Alcudia

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Aula digital per a majors

DESCRIPCIÓ:
Espais de participació digital que inclouen una formació amb la facilitació d'espais tutelats d'accés a internet perquè la informàtica esdevengui un recurs eficient, a més d'una eina de participació social.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai de participació a les persones majors a través de les TIC.
- Disminuir la bretxa digital entre generacions.
- Millorar les condicions de vida.
- Prevenir el deteriorament cognitiu.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 55 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs-taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja amb la col·laboració de la Fundació Vodafone

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Associacions de tercera edat

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Prèvia inscripció a l'oficina de Creu Roja

ENLLAÇ WEB
http://www.fundacionvodafoneconlosmayores.com/

Municipi: Alcúdia

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Informàtica

DESCRIPCIÓ:
Aprenentatge i desenvolupament de programes i tècniques per accedir a Internet i a les noves tecnologies.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Alcúdia

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

DURADA: Curs escolar, els dimecres a les 11.00h

MODALITAT: Taller presencial

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Seu de la Tercera edat

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Manolo Romero
Tel. 666558482

Municipi: Alcudia

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament

DESCRIPCIÓ:

Activitats per a persones que estiguin en situació de soledat, que no tinguin una xarxa social ampla.

OBJECTIUS:

- Millorar la qualitat de vida de les persones grans amb una xarxa social escassa o nul·la.
- Millorar les relacions socials de les persones grans dins el seu entorn proper i comunitari.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys en situació de soledat.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971295000/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Mitjançant valoració tècnica

Municipi: Alcúdia

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament a gestions

DESCRIPCIÓ:

Acompanyament al metge o altres gestions, a persones majors de 65 anys, per part de persones voluntàries, amb vehicles subvencionats per IRPF.

OBJECTIUS:

- Augmentar la capacitat de dur a terme activitats bàsiques i instrumentals de la vida quotidiana.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys, amb dificultats de mobilitat, que necessiten acompanyament.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot sol·licitar informació per telèfon.

Municipi: Alcúdia

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Sortides culturals

DESCRIPCIÓ:

Realització de sortides culturals a diversos indrets de l'illa preferentment amb un guia cultural.
Realització de viatges culturals a les Illes o a la Península preferentment amb un guia cultural.

OBJECTIUS:

- Retardar les conseqüències de l'envelliment
- Socialitzar
- Conèixer la cultura de les illes i de difernts indrets de la Península

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 55 anys

DURADA: Octubre a juny

MODALITAT: Sortida cultural

ENTITAT ORGANITZADORA:

Associació Tercera Edat d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

El que s'especifica a cada sortida

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178
gentgranalcudia@gmail.com

Municipi: Alcúdia

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Sortides diverses

Associació Tercera Edat d'Alcúdia

DESCRIPCIÓ:

Realització de sortides relacionades amb tradicions de Mallorca i/o de les Illes a diversos indrets de l'illa

OBJECTIUS:

- Retardar les conseqüències de l'envelliment
- Socialitzar
- Conèixer la cultura de l'illa de Mallorca

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

El que s'especifica a cada sortida

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 55 anys

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178
gentgranalcudia@gmail.com

DURADA: Octubre a juny

MODALITAT: Sortida cultural

ENTITAT ORGANITZADORA:

Municipi: Alcúdia

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Altres activitats que es realitzen a la seu de l'associació

DESCRIPCIÓ:
Tallers puntuals per celebrar algun dia en concret, algun esdeveniment, xerrades sobre temes diversos, visualització de pel·lícules, documentals, trobades intergeneracionals

OBJECTIUS:

- Retardar les conseqüències de l'envelliment
- Socialitzar
- Aprendre sobre els diferents temes que es tracten, solidaritzar-se, gaudir d'estar i fer coses amb altra gent, sortir de casa.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 55 anys

DURADA: Octubre a juny

MODALITAT: Xerrades, conferències, debats, tallers

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Tercera Edat d'Alcúdia

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
La seu de l'associació

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Conxa Trobat Vanrell
Tel. 606738178
gentgranalcudia@gmail.com

Municipi: Alcúdia

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Mobilització de la persona des del seu domicili al carrer amb un aparell salvaescales i el suport de personal voluntari.

OBJECTIUS:

- Superar barreres arquitectòniques.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys amb cadira de rodes, que no tenen ascensor al domicili.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot demanar informació per telèfon.

Municipi: Alcúdia

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:

Lliurament de productes de suport (caminadors, bastons, llits, cadires de rodes i grues) perquè la persona gran pugui continuar fent activitats de la vida diària.

OBJECTIUS:

- Possibilitar la realització d'activitats bàsiques i instrumentals de la vida diària.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys que necessitin productes de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Persones majors de 65 anys, amb pocs recursos econòmics, amb valoració prèvia.

Municipi: Alcúdia

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Assessorament productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Informació sobre la utilitat del material de suport, els seus beneficis i com usar-los correctament.

OBJECTIUS:

- Prevenir lesions o agreujament de les mateixes.
- Afavorir l'autonomia i evitar la dependència el màxim de temps possible.
- Millorar la qualitat de vida.

PERFIL D'USUARI:
Persones que necessiten material de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Elizabeth Gutiérrez Ventura
Tel. 971295000/ 29479
elguel@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja
- Telèfon d'informació

Municipi: Alcúdia

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Formació per a cuidadors no professionals

DESCRIPCIÓ:
Activitats adreçades a proporcionar eines que facilitin el maneig de la situació de cura d'una persona gran en situació de dependència.

OBJECTIUS:

- Millorar la capacitat de la persona cuidadora per a la gestió de les cures de la persona dependent que tingui al seu càrrec.

PERFIL D'USUARI:
Persones de qualsevol edat amb necessitat de millorar les competències tècniques i personals necessàries per fer-se càrrec d'una persona gran depenent.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Semestral

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Entrevista i valoració personal prèvia

Municipi: Alcúdia

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Respir familiar

DESCRIPCIÓ:

Substitucions de la persona cuidadora durant unes hores a la setmana, en la tasca de la cura de la persona dependent, per descarregar-la del pes de fer la cura, i possibilitar-li desposar de temps per a activitats d'oci.

OBJECTIUS:

- Reduir la càrrega de la persona cuidadora, per poder mantenir la vida personal (dur una vida més autònoma, tenir hàbits saludables, participar activament en la societat, etc.).

PERFIL D'USUARI:

Persones de qualsevol edat amb sobrecàrrega per haver de cuidar de persones dependents.

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Domicili particular

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Entrevista i valoració personal prèvia

Municipi: Alcúdia

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de cuidadors/cuidadores

DESCRIPCIÓ:
Taller de suport per a cuidadors i cudadores

PERFIL D'USUARI:
Cuidadors principals de persones en situació de dependència

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Ferrer
Tel. 971549777

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Es Safrà, Alcúdia

ADREÇA:
C/ Formentera, S/N

TELÈFON:
971549777

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Entrevista i valoració personal prèvia

Municipi: Alcúdia

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals I de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.3. Algaida

Algaida

Població: 5.642 habitants
1.063 persones de més de 64 anys[3]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[3] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Algaida

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Unitat Bàsica Algaida

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971125219

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
UB Algaida

ADREÇA:
C/ Joan Alcover, 5

TELÈFON:
971125219

Municipi: Algaida

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/10

Municipi: Algaida

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals I de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.4. Andratx

Andratx

Població: 11.271 habitants
1.729 persones de més de 64 anys[4]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[4] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Andratx

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de desenvolupament personal i cicle vital

DESCRIPCIÓ:
Aquest programa planteja un conjunt de coneixements, tècniques i habilitats psicoemocionals. Es treballen temàtiques com: les motivacions, el control sobre la pròpia vida, planificar i gestionar el temps, prendre decisions, pensar en positiu, les relacions personals, donar-se permís.

OBJECTIUS:
- Promocionar els valors de dignitat i autonomia al llarg del procés d'envelliment.
- Promoure el coneixement i l'aplicació d'estratègies per contribuir al creixement i desenvolupament personal.
- Afavorir la reflexió sobre èxits amb significat i valor per al desenvolupament del projecte de vida de les persones.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
Associació de Gent Gran d'Andratx

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Andratx

Tipologia: estimulació cognitiva / benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Itinerari de salut i benestar

DESCRIPCIÓ:

Itinerari de salut que es composa de 7 tallers que tracten diversos temes i donen pautes per gaudir d'un envelliment saludable i potencien l'autonomia personal: despertar amb un somriure, activa't, menys dolor més vida, alimenta el teu benestar, en forma, entrena i exercit@lament.

OBJECTIUS:

L'objectiu principal d'aquests tallers serà facilitar a les persones grans les eines necessàries per promoure'n l'autonomia i millorar-ne el benestar.

PERFIL D'USUARI:

Persones grans sense demència

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:

Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME

Associació de Gent Gran d'Andratx

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB

https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Andratx

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de tecnologies de la informació i comunicació

DESCRIPCIÓ:
Formació per a gent gran en els diferents recursos que ens ofereixen les tecnologies de la informació, afavorint una inclusió i una participació social més grans.

OBJECTIUS:
Itinerari d'aprenentatge que intenta dotar els participants d'eines que passen des de perdre la por al ratolí, fins a treballar amb programes d'edició de textos, retoc fotogràfic o participació en les xarxes socials.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
Associació de Gent Gran d'Andratx

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Andratx

Tipologia: voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Formacions de participació i voluntariat

DESCRIPCIÓ:
Itinerari formatiu per donar eines a la gent gran per poder desenvolupar tasques de voluntariat en el seu entorn més proper. Es parteix sempre de les seves necessitats, inquietuds i disponibilitat.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal és promoure el desenvolupament i creixement personal mitjançant l'aplicació d'estratègies i recursos que ho afavoreixin.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
Associació de Gent Gran d'Andratx

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

1.5. Ariany

Ariany

Població: 868 habitants
245 persones de més de 64 anys[5]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[5] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Ariany

Tipologia: Estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Ariany

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals I de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.6. Artà

Artà

Població: 7.845 habitants
1.409 persones de més de 64 anys[6]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[6] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Artà

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Artà

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals I de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.7. Banyalbufar

Banyalbufar

Població: 515 habitants
138 persones de més de 64 anys[7]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[7] Dades Ibestat Padró 2019

Municipi: Banyalbufar

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals (T.S. José Aranda)
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Banyalbufar

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals (T.S. José Aranda)
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.8. Binissalem

Binissalem

Població: 8.567 habitants
1.284 persones de més de 64 anys[8]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[8] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Binissalem

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Habitatge tutelat Binissalem

DESCRIPCIÓ:

Recurs intermedi entre el servei de SAD i la institucionalització en una residència, amb capacitat per a 10 persones usuàries.

OBJECTIUS:

-Facilitar a les persones majors continuar en el seu medi de vida habitual: relacions familiars, feines quotidianes domèstiques, relacions amb els amics, socials, etc., evitant així el desarrelament.
-Proporcionar condicions facilitadores de qualitat de vida.
-Fomentar i promocionar l'autonomia personal.
-Fomentar les relacions socials i comunitàries.
-Promocionar recursos facilitadors de convivència, realitzant accions de solidaritat i cooperació.

PERFIL D'USUARI:

Persones vàlides majors de 55 anys.

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Binissalem

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals

ADREÇA:

C/ de sa Mostra, 2

TELÈFON:

971 88 65 29

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

serveissocials@ajbinissalem.net

Municipi: Binissalem

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Binissalem

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Campament social

DESCRIPCIÓ:

Cap de setmana en un hotel

OBJECTIUS:

1- Trobar-se amb el món exterior, per poder participar en la vida social.
2- Millorar-ne l'autoestima i, en conseqüència, el benestar psíquic.
3- Mantenir la independència de la persona major o discapacitada en la realització d'activitats lúdiques. AVD's, AIVD.
4- Lluitar contra l'aïllament i el tancament en un mateix, l'animació és un instrument de comunicació i és una cura per a la persona.
5- Fomentar la trobada interpersonal, grupal i comunitària en relació a la comunicació, diàleg i escolta atenta i continuada de les persones majors o discapacitades.
6- Satisfer les necessitats de divertir-se.
7- Educar per afavorir el manteniment de la salut.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys, i persones amb un cert grau de dependència, acompanyades d'algun famliar.

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Binissalem

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals

ADREÇA:

C/ de sa Mostra, 2

TELÈFON:

971 88 65 29

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

serveissocials@ajbinissalem.net

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Cuidem al cuidador

DESCRIPCIÓ:

Programa adreçat a les persones cuidadores amb la finalitat d'oferir un espai de suport, orientació, respir i assessorament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar a la comunitat un instrument de promoció i millora de la qualitat de vida dels familiars cuidadors a través d'un servei permanent de referència qualificat.
- Sensibilitzar la comunitat de la situació vulnerable dels familiars cuidadors.
- Fer un diagnòstic psicosocial dels familiars cuidadors per aconseguir una atenció individualitzada.
- Dotar als familiars cuidadors de persones majors d'estratègies i recursos per afrontar adequadament la situació que viuen

PERFIL D'USUARI:

Familiars cuidadors de persones majors.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Binissalem i IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Serveis socials municipals
971 88 65 29
IMAS: Palma: 971 295972/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/161

Municipi: Binissalem

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals I de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.9. Búger

Búger

Població: 1.050 habitants
234 persones de més de 64 anys[9]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[9] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Búger

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

loga per a gent major

DESCRIPCIÓ:

Activitat física que davalla el ritme, promou la respiració profunda, calma la ment, fa relaxa el cos i proporciona pau i harmonia.

OBJECTIUS:

- Incentivar l'atenció mental.
- Proporcionar relaxació.
- Fomentar la superació de dificultats conseqüències de l'envelliment.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Mitjançant el programa impulsat per l'Ajuntament «Envelliment saludable» per a majors de 65 anys.

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Búger

LLOC ACTIVITAT

Gimnàs del CEIP Els Molins (dimarts i dijous de 17:00 a 18:00 h)

ADREÇA:

C\ de les Escoles, 57

TELÈFON:

971516146

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Carmen Pérez
Tel. 971516146
ajuntament@ajbuger.net

Municipi: Búger

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Búger

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Curs bàsic de maneig del mòbil per a persones majors

DESCRIPCIÓ:
Curs per aprendre a manejar el mòbil.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Activitat puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Mitjançant el programa impulsat per l'Ajuntament «Envelliment saludable» per a majors de 65 anys.

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Búger

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Carmen Pérez
Tel. 971516146
ajuntament@ajbuger.net

Municipi: Búger

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals I de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.10. Bunyola

Bunyola

Població: 6.809 habitants
1.204 persones de més de 64 anys[10]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[10] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Bunyola

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Bunyola

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.11. Calvià

Calvià

Població: 50.559 habitants
7.163 persones de més de 64 anys[11]

Recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda (es poden consultar fent doble clic sobre l'enllaç):
-*Organitzats per Creu Roja*
-*Organitzats per l'Obra Social "la Caixa"*
-*Organitzats per l'Institut Mallorquí d'Afers Socials (IMAS)*
-*Organitzats per la Universitat Oberta per a Majors (UOM)*

[11] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Calvià

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Aquagym

DESCRIPCIÓ:
Sessions d'activitat física adaptades a les necessitats i característiques de les persones grans. Amb beneficis sensibles a curt termini, tant a nivell físic com psíquic.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Calvià

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Coordinadora de les Associacions de Gent Gran de l'Ajuntament de Calvià
Tel. 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:
Locals de les associacions de Gent Gran del municipi de Calvià d'es Capdellà, Paguera, Portals Nous, Palmanova-Magalluf, Son Caliu, Galatzó, Sta. Ponça, Son Ferrer i El Toro.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:
A les piscines del:

- Poliesportiu Municipal de Bendinat
- Poliesportiu Municipal de Son Ferrer
- Poliesportiu Municipal de Sta. Ponça

Municipi: Calvià

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

loga

DESCRIPCIÓ:
Sessions d'activitat física adaptades a les necessitats i característiques de les persones grans. Amb beneficis sensibles a curt termini, tant a nivell físic com psíquic.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Calvià

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Coordinadora de les Associacions de Gent Gran de l'Ajuntament de Calvià
Tel. 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:
Als locals de les associacions de Gent Gran del municipi de Calvià: Portals, Son Ferrer, Sta. Ponça, Paguera, Calvià i Palmanova.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:
Als locals de les associacions de Gent Gran del municipi de Calvià: Portals, Son Ferrer, Sta. Ponça, Paguera, Calvià i Palmanova.

Municipi: Calvià

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Taitxí

DESCRIPCIÓ:
Pràctica esportiva amb l'objectiu de millorar la condició física i el benestar integral.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Calvià i Associacions de Gent Gran

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Coordinadora de les Associacions de Gent Gran de l'Ajuntament de Calvià
Tel. 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Palmanova i Santa Ponça

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Palmanova i Santa Ponça

Municipi: Calvià

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica

DESCRIPCIÓ:

Sessions d'activitat física adaptades a les necessitats i característiques de les persones grans, amb beneficis sensibles a curt termini, tant a nivell físic com psíquic.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Coordinadora de les Associacions de Gent Gran
Tel. 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Als locals de les associacions de Gent Gran de Calvià: Paguera, Portals Nous, Palmanova-Magalluf, Son Caliu, Galatzó, Sta. Ponça, Son Ferrer i El Toro.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Als locals de les associacions de Gent Gran de Calvià: Paguera, Portals Nous, Palmanova-Magalluf, Son Caliu, Galatzó, Sta. Ponça, Son Ferrer i El Toro.

Municipi: Calvià

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball en línia i de saló

DESCRIPCIÓ:
Sessions d'activitat física adaptades a les necessitats i característiques de les persones grans, amb beneficis sensibles a curt termini, tant a nivell físic com psíquic.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Calvià i les Associacions de Gent Gran

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Coordinadora de les Associacions de Gent Gran
Tel. 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Calvià: Es Capdellà, Paguera, Portals Nous, Palmanova-Magalluf, Son Caliu, Galatzó, Sta. Ponça, Son Ferrer i El Toro.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:
Ball en línia, en els locals de les Associacions de Gent Gran de Calvià: Portals Nous, Palmanova, Son Caliu, Galatzó, Son Ferrer.
Ball de Saló, en els locals de les Associacions de Gent Gran de Calvià: es Galatzó i es Capdellà.

Municipi: Calvià

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball de Sevillanes

DESCRIPCIÓ:
Activitat física a través del ball

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Calvià i Associacions de Gent Gran de Paguera i Son Ferrer

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Coordinadora de les Associacions de Gent Gran
Tel. 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Paguera i Son Ferrer

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Paguera i Son Ferrer

Municipi: Calvià

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Unitat Bàsica de Son Ferrer

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971238163

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica UBS Son Ferrer

DATA I HORA:
Dimarts, a les 9.30h

ADREÇA:
C/ de l'Ocell del Paradís, núm. 36 A, Son Ferrer

TELÈFON:
971238163

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Calvià

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut de Calvià-Santa Ponça

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971694654

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Calvià-Santa Ponça

DURADA: Curs escolar

DATA I HORA:
Divendres, a les 9.00h

RUTAS SALUDABLES

ADREÇA:
C/ Riu Sil 25, Santa Ponça

TELÈFON:
971694654

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Calvià

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Coral

DESCRIPCIÓ:
Iniciació i perfeccionament del cant en la coral de centre.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Calvià

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Coordinadora de les Associacions de Gent Gran de l'Ajuntament de Calvià
Tel. 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Calvià: El Toro i Son Caliu

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Calvià: El Toro i Son Caliu

Municipi: Calvià

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Pintura

DESCRIPCIÓ:
Iniciació i perfeccionament de tècniques de dibuix i pintura.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Calvià

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Coordinadora de les Associacions de Gent Gran de l'Ajuntament de Calvià
Tel. 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Portals Nous i Son Caliu

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Portals Nous i Son Caliu

Municipi: Calvià

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Memòria

DESCRIPCIÓ:
Sessions per prevenir l'envelliment cognitiu.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Calvià

DADES DE CONTACTE:
CEPA Calvià
Camí de Sa Porrasa, 6, Magaluf
Tel. 971131350

LLOC INFORMACIÓ RECURS:
CEPA Calvià
Camí de Sa Porrasa, 6, Magaluf

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Calvià: el Toro, Paguera, Galatzó, Son Caliu, Portals Nous, Son Ferrer i Calvià.

Municipi: Calvià

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Estimulació Cognitiva

DESCRIPCIÓ:
Sessions per prevenir l'envelliment cognitiu.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Calvià

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Tècnica Coordinadora de les Associacions de Gent Gran
Tel. 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Calvià: Son Ferrer, Santa Ponça, Paguera, Calvià, El Toro i Es Galatzó.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Calvià: Son Ferrer, Santa Ponça, Paguera, Calvià, El Toro i Es Galatzó.

Municipi: Calvià

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Informàtica

DESCRIPCIÓ:
Aprenentatge i desenvolupament de programes i tècniques per accedir a Internet i a les noves tecnologies.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Calvià

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Coordinadora de les Associacions de Gent Gran de l'Ajuntament de Calvià
Tel. 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:
Als locals de les associacions de Gent Gran de Calvià: Paguera, Portals Nous, Palmanova-Magalluf, Sta. Ponça, Son Ferrer i El Toro.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:
Al centre Cultural de Paguera i al Centre Cultural d'El Toro i als locals de les associacions de gent gran de Paguera, Portals Nous i Sta. Ponça.

Municipi: Calvià

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

«A ti también»

DESCRIPCIÓ:

Projecte grupal per a familiars cuidadors de persones majors dependents.

OBJECTIUS:

- Millorar la qualitat de vida de les persones cuidadores.
- Proporcionar habilitats de comunicació.
- Crear xarxes de suport.

PERFIL D'USUARI:

Persones cuidadores de persones majors, en situació de dependència o semidependència (de casos procedents de la intervenció individual de serveis socials).

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Tallers grupals

ENTITAT ORGANITZADORA:

Serveis Socials Municipals de l'Ajuntament de Calvià

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Treballadora social del Programa d'Atenció social a les Persones Grans
Ajuntament de Calvià
Tel. 971 132645

1.12. Campanet

Campanet

Població: 2.640 habitants
566 persones de més de 64 anys[12]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[12] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Campanet

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de Majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Campanet

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.13. Campos

Campos

Població: 10.862 habitants
1.1915 persones de més de 64 anys[13]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[13] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Campos

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Campos-Xaloc

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971651270

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Campos

DURADA: Curs escolar

ADREÇA:
C/ des Tren, 4

TELÈFON:
971651270

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Campos

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de desenvolupament personal i cicle vital

DESCRIPCIÓ:

Aquest programa planteja un conjunt de coneixements, tècniques i habilitats psicoemocionals. Es treballen temàtiques com: les motivacions, el control sobre la pròpia vida, planificar i gestionar el temps, prendre decisions, pensar en positiu, les relacions, donar-se permís.

OBJECTIUS:

- Promocionar els valors de dignitat i autonomia al llarg del procés d'envelliment.
- Promoure el coneixement i l'aplicació d'estratègies per contribuir al creixement i desenvolupament personal.
- Afavorir la reflexió sobre èxits amb significat i valor per al desenvolupament del projecte de vida de les persones.

PERFIL D'USUARI:

Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:

Obra Social"la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME

- Associació de Persones Majors de Campos

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Propis de l'Obra Social "la Caixa"

ENLLAÇ WEB

https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Campos

Tipologia: estimulació cognitiva / benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Itinerari de salut i benestar

DESCRIPCIÓ:
Itinerari de salut que es composa de 7 tallers que tracten diversos temes i donen pautes per gaudir d'un envelliment saludable i potencien l'autonomia personal: despertar amb un somriure, activa't, menys dolor més vida, alimenta el teu benestar, en forma, entrena i exercit@lament.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal d'aquests tallers és facilitar a les persones grans les eines necessàries per promoure'n l'autonomia i millorar-ne el benestar.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense demència.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Associació de Persones Majors de Campos

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Propis de l'Obra Social "la Caixa"

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Campos

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Campos

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de tecnologies de la informació i comunicació

DESCRIPCIÓ:
Formació per a gent gran en els diferents recursos que ens ofereixen les tecnologies de la informació, afavorint una inclusió i una participació social més grans.

OBJECTIUS:
Itinerari d'aprenentatge que intenta dotar els participants d'eines que passen des de perdre la por al ratolí, fins a treballar amb programes d'edició de textos, retoc fotogràfic o participació en les xarxes socials.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Associació de Persones Majors de Campos

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Propis de l'Obra Social "la Caixa"

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Campos

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Campos

Tipologia: voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Formacions de participació i voluntariat

DESCRIPCIÓ:
Itinerari formatiu per donar eines a la gent gran per poder desenvolupar tasques de voluntariat en l'entorn més proper. Es parteix sempre de les seves necessitats, inquietuds i disponibilitat.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal és promoure el desenvolupament i creixement personal mitjançant l'aplicació d'estratègies i recursos que ho afavoreixin.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Fundació La Caixa

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Associació de Persones Majors de Campos

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Propis de l'Obra Social "la Caixa

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

1.14. Capdepera

Capdepera

Població: 11.868 habitants
1.587 persones de més de 64 anys[14]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[14] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Capdepera

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gerontogimnàstica

DESCRIPCIÓ:

Realització de tasques senzilles, en sala o a l'aire lliure, per mantenir o millorar les capacitats físiques, en concret la força, el control muscular, l'equilibri i la resistència. Afavoreix també la integració de l'esquema corporal, millora les habilitats d'autocura, incrementant l'autonomia i la qualitat de vida.

OBJECTIUS:

Mantenir i/o millorar l'autonomia de la persona gran, prevenint el deteriorament funcional i possibles situacions de dependència.

PERFIL D'USUARI:

Persones en procés d'envelliment, que estiguin interessades en mantenir o millorar el seu benestar a través de l'exercici físic.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Activitat presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Parcs de majors

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Prèvia valoració i inscripció a les oficines de Creu Roja

ENLLAÇ WEB

http://www.cruzroja.es/portal/page?_pageid=563,12250415&_dad=portal30&_schema=PORTAL30&P_CENT=14305

Municipi: Capdepera

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

I u i dos i tres, i u i dos i tres

DESCRIPCIÓ:
Taller de manteniment físic

OBJECTIUS:

- Afavorir l'autonomia.
- Desenvolupar la mobilitat.
- Enfortir les relacions socials.

PERFIL D'USUARI:
Pot participar qualsevol persona, segons la seva mobilitat se l'assignarà a un grup o a un altre.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Patricia Sánchez
Tel. 971 56 66 06
patricia.sanchez@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament Capdepera/Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Centre de dia Cala Rajada

ADREÇA:
C/ de Pizarro, 84

TELÈFON: 971 56 66 06

DURADA: Anual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Prèvia valoració a l'Ajuntament

Municipi: Capdepera

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Del nord, del sud, de l'est i de l'oest

DESCRIPCIÓ:
Activitat que consisteix en elaborar i posteriorment degustar els menjars dels llocs d'origen dels participants.

OBJECTIUS:

- Afavorir la comunicació.
- Mantenir la identitat i les pròpies arrels.
- Enfortir les relacions socials.

PERFIL D'USUARI:
Pot participar-hi qualsevol persona interessada en la cuina i les tradicions.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Patricia Sánchez
Tel. 971 56 66 06
patricia.sanchez@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament Capdepera/Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Centre de dia Cala Rajada

ADREÇA:
C/ de Pizarro, 84

TELÈFON: 971 56 66 06

DURADA: Anual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Amb la valoració prèvia de les treballadores socials de l'Ajuntament.

Municipi: Capdepera

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Posa't Guap@!!

DESCRIPCIÓ:
Taller per ajudar a tenir cura de la pròpia imatge.

OBJECTIUS:

- Potenciar l'autoestima.
- Enfortir les relacions socials.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Patricia Sánchez
Tel. 971 56 66 06
patricia.sanchez@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament Capdepera/Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Centre de dia Cala Rajada

ADREÇA:
C/ de Pizarro, 84

TELÈFON: 971 56 66 06

DURADA: Anual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Amb la valoració prèvia de les treballadores socials de l'Ajuntament.

Municipi: Capdepera

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Capdepera

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Aula digital per a majors

DESCRIPCIÓ:

Espais de participació digital, que inclouen una formació amb la facilitació d'espais tutelats d'accés a internet perquè la informàtica esdevengui un recurs eficient, a més d'una eina de participació social.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai de participació a les persones majors a través de les TIC.
- Disminuir la bretxa digital entre generacions.
- Millorar les condicions de vida.
- Prevenir el deteriorament cognitiu.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 55 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs-taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja amb la col·laboració de la Fundació Vodafone

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Associacions de tercera edat

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Prèvia inscripció a l'oficina de Creu Roja

ENLLAÇ WEB

http://www.fundacionvodafoneconlosmayores.com/

Municipi: Capdepera

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament

DESCRIPCIÓ:

Activitats per a persones que estiguin en situació de soledat, que no tinguin una xarxa social ampla.

OBJECTIUS:

- Millorar la qualitat de vida de les persones grans amb una xarxa social escassa o nul·la.
- Millorar les relacions socials de les persones grans dins l'entorn proper i comunitari.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys en situació de soledat.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971295000/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Mitjançant valoració tècnica

Municipi: Capdepera

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament a gestions

DESCRIPCIÓ:

Acompanyament al metge o altres gestions, a persones majors de 65 anys, per part de persones voluntàries, amb vehicles subvencionats per IRPF.

OBJECTIUS:

- Augmentar la capacitat de dur a terme activitats bàsiques i instrumentals de la vida quotidiana.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys, amb dificultats de mobilitat, que necessiten acompanyament.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot demanar informació per telèfon.

Municipi: Capdepera

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Mobilització de la persona des del seu domicili al carrer amb un aparell remuntador d'escales i el suport de personal voluntari.

OBJECTIUS:

- Superar barreres arquitectòniques.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys amb cadira de rodes, que no té ascensor al domicili.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot sol·licitar informació per telèfon.

Municipi: Capdepera

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Lliurament de productes de suport (caminadors, bastons, llits, cadires de rodes i grues) per a què la persona gran pugui continuar fent activitats de la vida diària.

OBJECTIUS:

- Possibilitar la realització d'activitats bàsiques i instrumentals de la vida diària.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys que necessitin productes de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Persones majors de 65 anys, amb pocs recursos econòmics, prèvia valoració.

Municipi: Capdepera

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Assessorament productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Informació sobre la utilitat dels material de suport, els seus beneficis i com usar-los correctament.

OBJECTIUS:

- Prevenir lesions o que s'agreugin.
- Afavorir l'autonomia i evitar la dependència el màxim de temps possible.
- Millorar la qualitat de vida.

PERFIL D'USUARI:
Persones que necessitin material de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Elizabeth Gutiérrez Ventura
Tel. 971295000/ 29479
elguel@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja
- Telèfon d'informació

Municipi: Capdepera

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Formació per a cuidadors no professionals

DESCRIPCIÓ:
Activitats adreçades a proporcionar eines que facilitin el maneig de la situació de cura d'una persona gran en situació de dependència.

OBJECTIUS:

- Millorar la capacitat de la persona cuidadora per a la gestió de les cures de la persona dependent que tingui al seu càrrec.

PERFIL D'USUARI:
Persones de qualsevol edat amb necessitat de millorar les competències tècniques i personals necessàries per fer-se càrrec d'una persona gran dependent.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Semestral

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Amb entrevista i valoració personal prèvia

Municipi: Capdepera

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Respir familiar

DESCRIPCIÓ:

Substitucions de la persona cuidadora durant unes hores a la setmana, en la tasca de la cura de la persona dependent, per descarregar-la del pes de la cura, i possibilitar-li dispondre temps per fer activitats d'oci.

OBJECTIUS:

- Reduir la càrrega de la persona cuidadora, per poder mantenir la seva vida personal (dur una vida més autònoma, tenir hàbits saludables, participar activament en la societat, etc.).

PERFIL D'USUARI:

Persones de qualsevol edat amb sobrecàrrega per cuidar persones dependents.

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Domicili particular

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Entrevista i valoració personal prèvia

Municipi: Capdepera

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.15. Consell

Consell

Població: 4.053 habitants
610 persones de més de 64 anys[15]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[15] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Consell

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball de línia

DESCRIPCIÓ:
Activitat física de ball

OBJECTIUS:
- Millorar la forma física.
- Potenciar la concentració.
- Augmentar el benestar.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys .

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Persones majors de 65 anys.

LLOC ON ES DU A TERME:
Cas Txeco (dimarts, de 21:00 a 22.30 h)

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Pons Sastre
C/ del Roser, 1
Tel. 971622457
serveissocials@ajconsell.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Persones Majors de Consell
Ajuntament de Consell

Municipi: Consell

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball de saló

DESCRIPCIÓ:
Activitat física de ball

OBJECTIUS:

- Millorar la forma física.
- Potenciar la concentració.
- Augmentar el benestar.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys.

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Persones majors de 65 anys

LLOC ON ES DU A TERME:
Cas Txeco (dilluns, de 20:00h a 21:00)

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Pons Sastre
C/ del Roser, 1
Tel. 971622457
serveissocials@ajconsell.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Persones Majors de Consell
Ajuntament de Consell

Municipi: Consell

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica

DESCRIPCIÓ:
Activitat física de manteniment

OBJECTIUS:
- Millorar la forma física.
- Potenciar la concentració.
- Augmentar el benestar.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Persones majors de 65 anys

LLOC ON ES DU A TERME:
Cas Txeco (dilluns i dimecres, de 10:00 a 11:00 h)

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Pons Sastre
C/ del Roser, 1
Tel. 971622457
serveissocials@ajconsell.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Persones Majors de Consell
Ajuntament de Consell

Municipi: Consell

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Taitxí

DESCRIPCIÓ:
Activitat física de manteniment

OBJECTIUS:
- Millorar la forma física.
- Potenciar la concentració.
- Augmentar el benestar.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Persones majors de 65 anys

LLOC ON ES DU A TERME:
Ca Sa Madona (dimarts i dimecres de 17:30 a 18:30 h)

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Persones Majors de Consell
Ajuntament de Consell

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Pons Sastre
C/ del Roser, 1
Tel. 971622457
serveissocials@ajconsell.net

Municipi: Consell

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Manualitats

DESCRIPCIÓ:
Activitat artística i manual.

OBJECTIUS:
- Millorar la motricitat.
- Augmentar la creativitat.
- Potenciar la concentració.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Persones majors de 65 anys

LLOC ON ES DU A TERME:
Ca Sa Madona (dijous, de 16:30 a 17:30 h)

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Pons Sastre
C/ del Roser, 1
Tel. 971622457
serveissocials@ajconsell.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Persones Majors de Consell
Ajuntament de Consell

Municipi: Consell

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Consell

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Informàtica

DESCRIPCIÓ:
Activitat per aprendre a manejar l'ordinador i la tablet.

OBJECTIUS:
- Familiatitzar-se amb l'ús de les noves tecnologies.
- Potenciar la concentració.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Persones majors de 65 anys

LLOC ON ES DU A TERME:
Centre de Formació (dilluns, de 17:00 a 18:00 h ordinador; i de 18:00 a 20:00 h ordinador i tablet).

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Pons Sastre
C/ del Roser, 1
Tel. 971622457
serveissocials@ajconsell.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació Persones Majors de Consell
Ajuntament de Consell

Municipi: Consell

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Préstec d'ajuts instrumentals

DESCRIPCIÓ:

Lliurament de productes de suport (caminadors, bastons, llits, cadires de rodes i grues) perquè la persona gran pugui continuar fent activitats de la vida diària.

OBJECTIUS:

- Possibilitar la realització d'activitats bàsiques i instrumentals de la vida diària.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys que necessitin productes de suport

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Persones majors de 65 anys

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Isabel Pons Sastre
C/ del Roser, 1
Tel. 971622457
serveissocials@ajconsell.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Consell

Municipi: Consell

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.16. Costitx

Costitx

Població: 1.288 habitants
251 persones de més de 64 anys[16]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[16] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Costitx

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Costitx

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.17. Deià

Deià

Població: 617 habitants
116 persones de més de 64 anys[17]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[17] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Deià

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Moviments saludables

DESCRIPCIÓ:
Activitat d'envelliment actiu que consisteix en activitats aquàtiques

OBJECTIUS:
-Envelliment actiu
-Estimular les capacitats socials
-Prevenció de malalties òssies

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Deià

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Poliesportiu Son Angelats (Sòller)

DADES DE CONTACTE:
971639077
ajuntament@ajdeia.net

Municipi: Deià

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Sortides culturals

DESCRIPCIÓ:
Realització de sortides culturals a diversos indrets de l'illa i, alguns caps de setmana, també de fora de l'illa.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a l'Associació de persones majors,

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Joan Ripoll
Tel. 971639977
terceraedatdeia@gmail.com

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Deià

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Associació de persones majors de Deià

ADREÇA:
C/ de l'arxiduc Lluís Salvador, 12

TELÈFON:
971639977

1.18. Escorca

Escorca

Població: 212 habitants
56 persones de més de 64 anys[18]

Per accedir a la informació sobre recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[18] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

1.19. Esporles

Esporles

Població: 5.062 habitants
825 persones de més de 64 anys[19]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[19] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Esporles

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Esporles

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971611122

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Esporles

ADREÇA:
C/ del Quarter, 24

TELÈFON:
971611122

Municipi: Esporles

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica cerebral

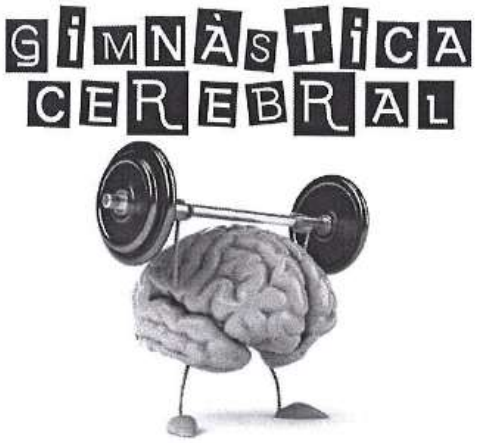
DESCRIPCIÓ:
Tallers per a afavorir el funcionament del cervell –tant a nivell cognitiu com psicomotor- i mantenir la memòria activa.

OBJECTIUS:
Millorar la memòria, l'atenció, la concentració, la mobilitat, la coordinació, l'orientació, la fluïdesa verbal i les activitats covnitives

DURADA: Curs escolar
Horari: divendres de 9'30 a 10'30 i de 10'30 a 11'30

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Associació de Gent Gran d'Esporles

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Dolors Fortuny
Tel. 645756970
dolorsfortunybennassar@gmail.com



LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Sala de plens de l'ajuntament d'Esporles.

ADREÇA:
Plaça Espanya, 1

TELÈFON:
971610002

Municipi: Esporles

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Esporles

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.20. Estellencs

Estellencs

Població: 315 habitants
88 persones de més de 64 anys[20]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[20] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Estellencs

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals (T.S. José Aranda)
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Estellencs

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.21. Felanitx

Felanitx

Població: 17.780 habitants
3.299 persones de més de 64 anys[21]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[21] Dades Ibestat Padró 2017

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica I i II

DESCRIPCIÓ:
Una monitora realitza exercicis físics en dos nivells de menor a major intensitat, segons necessitat.

OBJECTIUS:
- Possibilitar un envelliment satisfactori.
- Fomentar l'autonomia personal i la prevenció de la dependencia.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment del cos i de la ment.
- Facilitar hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Felanitx

ADREÇA:
C/ del Mar, 7

TELÈFON:
971581962 i 971581869

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Senderisme

DESCRIPCIÓ:
Activitat física de senderisme

OBJECTIUS:
- Possibilitar un envelliment satisfactori.
- Fomentar l'autonomia personal I la prevenció de la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu del cos i de la ment.
- Facilitar hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes a partir de 55 anys
No pensionistes a partir de 60 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat puntual

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Felanitx

ADREÇA:
C/ del Mar, 7

TELÈFON:
971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball de diumenges

DESCRIPCIÓ:

La junta de la Llar programa cada diumenge a l'horabaixa la contractació de i ball obert a qualsevol persona associada.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai d' oci, diversió i entreteniment.
- Mantenir habilitats relacionades amb la percepció, coordinació i atenció.
- Potenciar les relacions interpersonals a través de l'activitat especificada.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys
No pensionistes a partir de 60 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball de bot

DESCRIPCIÓ:

La junta de la Llar programa cada diumenge a l'horabaixa la contractació de i ball obert a qualsevol persona associada.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai d' oci, diversió i entreteniment.
- Mantenir habilitats relacionades amb la percepció, coordinació i atenció.
- Potenciar les relacions interpersonals a través de l'activitat especificada.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys
No pensionistes a partir de 60 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Dansa del ventre

DESCRIPCIÓ:

La junta de la Llar programa cada diumenge a l'horabaixa la contractació de i ball obert a qualsevol persona associada.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai d' oci, diversió i entreteniment.
- Mantenir habilitats relacionades amb la percepció, coordinació i atenció.
- Potenciar les relacions interpersonals a través de l'activitat especificada.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys
No pensionistes a partir de 60 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball en línia I, II i III

DESCRIPCIÓ:

Una parella mostra diferents tipus de ball. S'anomena «ball esportiu» o «en línia» perquè no és necessari que tenguin parella de ball. Hi ha dos nivells: principiants i avançats.

OBJECTIUS:

- Possibilitar un envelliment satisfactori.
- Fomentar l'autonomia personal i la prevenció de la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu del cops i de la ment.
- Facilitar hàbits saludables.
- Fomentar les relacions socials i l'esbarjo.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Taitxí

DESCRIPCIÓ:

Una monitora experta en taitxí n'ensenya les formes pròpies. Hi ha dos nivells: per a principiants i per aquelles que ja fa un temps que hi van.

OBJECTIUS:

- Possibilitar un envelliment satisfactori.
- Fomentar l'autonomia personal I la prevenció de la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu del cos i de la ment.
- Facilitar hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut de Felanitx

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971580254

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Felanitx

ADREÇA:
Avinguda Argentina, 40

TELÈFON:
971580254

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Labors

DESCRIPCIÓ:

Una monitora ensenya de manera individualitzada tasques bàsiques de labors, cosir, etc. i cadascú fa la feina al seu ritme, tant a casa com a la Llar. En acabar el curs, es fa una mostra amb el que s'ha fet durant l'any.

OBJECTIUS:

- Possibilitar a través de l'activitat manual relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes específic.
- Mantenir habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció Prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

«Mundillo»

DESCRIPCIÓ:

Una mestra de «mundillo» voluntària ensenya aquesta activitat i realitza amb el grup diverses mostres al carrer a diferents pobles de Mallorca.

OBJECTIUS:

- Possibilitar a través de l'activitat manual relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes específic.
- Mantenir habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Pintura

DESCRIPCIÓ:

Una monitora ensenya de manera individualitzada pintura, damunt fang, tela, etc. i cadascú fa la feina al seu ritme, tant a casa com a la Llar. En acabar el curs, es fa una mostra amb el que s'ha fet durant l'any.

OBJECTIUS:

- Possibilitar a través de l'activitat manual relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes específic.
- Mantenir habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys
No pensionistes a partir de 60 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Tall i confecció

DESCRIPCIÓ:

La monitora ensenya a cosir tant a màquina com a mà i segons el nivell cada persona va treballant segons les seves capacitats, habilitats i experiència.

OBJECTIUS:

- Possibilitar a través de l'activitat manual relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes específic.
- Mantenir habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller musical

DESCRIPCIÓ:

Una monitora llicenciada en piano i docent jubilada dirigeix la coral de la Llar, que representa la Llar en diferents trobades de corals arreu de l'illa i també fora.

OBJECTIUS:

- Animar les persones majors a través de la música.
- Potenciar el moviment entre les persones majors dinamitzant el lleure i fomentat activitats alternatives a les quotidianes.
- Potenciar l'autoestima, afavorir el manteniment actiu del cos i de la ment.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de neules

DESCRIPCIÓ:

Dos mesos abans i dos mesos després de Nadal es fa aquest taller decoratiu.

OBJECTIUS:

- Possibilitar a través de l'activitat manual relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes específic.
- Mantenir habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de desenvolupament personal i cicle vital

DESCRIPCIÓ:
Aquest programa planteja un conjunt de coneixements, tècniques i habilitats psicoemocionals. Es treballen temàtiques com: les motivacions, el control sobre la pròpia vida, planificar i gestionar el temps, prendre decisions, pensar en positiu, les relacions, donar-se permís.

OBJECTIUS:
- Promocionar els valors de dignitat i autonomia al llarg del procés d'envelliment.
- Promoure el coneixement i l'aplicació d'estratègies per contribuir al creixement i desenvolupament personal.
- Afavorir la reflexió sobre èxits amb significat i valor per al desenvolupament del projecte de vida de les persones.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Llar de Felanitx

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Felanitx

Tipologia: benestar

RECURS/ACTIVITAT:

Servei de podologia

DESCRIPCIÓ:

El podòleg presta els seus serveis per atendre les necessitats del majors.

OBJECTIUS:

- Millorar el benestar físic de les persones.
- Mantenir hàbits d'higiene.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: benestar

RECURS/ACTIVITAT:

Servei de perruqueria

DESCRIPCIÓ:
Serveis d'estètica i perruqueria, tant per a dones com per a homes.

OBJECTIUS:
- Millorar el benestar físic de les persones.
- Mantenir hàbits d'higiene.
- Millorar i mantenir l'autoestima.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Felanitx

ADREÇA:
C/ del Mar, 7

TELÈFON:
971581962 i 971581869

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Envelliment actiu

DESCRIPCIÓ:

La monitora combina les explicacions més teòriques sobre les capacitats cognitives (atenció, memòria, llenguatge, etc.) i l'activitat física mitjançant exercicis i jocs.

OBJECTIUS:

- Possibilitar un envelliment satisfactori.
- Fomentar l'autonomia personal i prevenir la dependencia.
- Millorar la memòria.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Felanitx

Tipologia: estimulació cognitiva / benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Itinerari de salut i benestar

DESCRIPCIÓ:
Itinerari de salut que es composa de 7 tallers que tracten diversos temes i donen pautes per gaudir d'un envelliment saludable i potencien l'autonomia personal: despertar amb un somriure, activa't, menys dolor més vida, alimenta el teu benestar, en forma, entrena i exercit@lament.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal d'aquests tallers és facilitar a les persones grans les eines necessàries per promoure'n l'autonomia i millorar-ne el benestar.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense demència

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
Llar de Felanitx

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Felanitx

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Alfabetització

DESCRIPCIÓ:

Una monitora voluntària, que és mestra jubilada, ensenya lectoescriptura i matemàtiques bàsiques, segons el nivell de cada persona participant.

OBJECTIUS:

- Fomentar l'aprenentatge cultural bàsic en els majors i un de més avançat.
- Prevenció de la dependència.
- Potenciar l'autoestima
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Amics lectors

DESCRIPCIÓ:

Trimestralment, es treballa un llibre prestat per la Xarxa de biblioteques del Consell de Mallorca i comenta setmanalment. Es creen debats i discussió constructiva al voltant del tema principal del llibre.

OBJECTIUS:

- Fomentar l'aprenentatge cultural bàsic en els majors i un de més avançat.
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANTIZADORA:
IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Anglès I i II

DESCRIPCIÓ:
Un mestre d'institut d'anglès jubilat imparteix les classes.

OBJECTIUS:
- Fomentar l'aprenentatge d'altres idiomes
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Felanitx

ADREÇA:
C/ del Mar, 7

TELÈFON:
971581962 i 971581869

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Lectura fàcil en català

DESCRIPCIÓ:
Activitat per facilitar la lectura de textos en català.

OBJECTIUS:
- Fomentar la comprensió lectora.
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Felanitx

ADREÇA:
C/ del Mar, 7

TELÈFON:
971581962 i 971581869

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Uep, com anam

DESCRIPCIÓ:
Aprenentatge de català bàsic per a persones castellanoparlants.

OBJECTIUS:
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Felanitx

ADREÇA:
C/ del Mar, 7

TELÈFON:
971581962 i 971581869

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Biblioteca per a préstec de llibres

DESCRIPCIÓ:
Recurs per a la lectura i préstec de llibres.

OBJECTIUS:
- Fomentar la comprensió lectora.
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DURADA: Anual

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Felanitx

ADREÇA:
C/ del Mar, 7

TELÈFON:
971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Teatre intergeneracional

DESCRIPCIÓ:
Activitat de teatre intergeneracional.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS
LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Felanitx

ADREÇA:
C/ del Mar, 7

TELÈFON:
971581962 i 971581869

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Activitats intergeneracionals i jocs

DESCRIPCIÓ:
Mensualment, un grup de padrins i padrines de la Llar fan activitats intergeneracionals a Ca's Concos. Fan manualitats, jocs i conten contes. Un pic cada trimestre també visiten una escola de la comarca i treballen amb un grup del darrer cicle de primària.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS i Obra social "la Caixa"

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Felanitx

ADREÇA:
C/ del Mar, 7

TELÈFON:
971581962 i 971581869

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de Caixes de Vida

DESCRIPCIÓ:
Formació per a voluntaris de diferents generacions, en relació a un projecte que consisteix en la creació de caixes d'història de vida amb persones grans. El procés de construcció de la caixa es defineix a partir de la selecció d'unes fotografies i/o objectes personals i significatius.

OBJECTIUS:
- Treballar amb tècniques de reminiscència
- Recollir la història i significació de cadascun dels objectes seleccionats, amb la finalitat d'obtenir un itinerari biogràfic de les persones participants
- Promoure el benestar emocional

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Blanca Moll Valentí
Tel. 971760301 ext. 4108
bmoll@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DUU A TERME
- Institut de Felanitx

DURADA: 11 sessions

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
La persona interessada en l'activitat formativa contacta amb la professional referent del voluntariat al servei residencial o la llar corresponent.

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Felanitx

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Aula digital per a majors

DESCRIPCIÓ:

Espais de participació digital, que inclouen una formació amb la facilitació d'espais tutelats d'accés a internet perquè la informàtica esdevengui un recurs eficient, a més d'una eina de participació social.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai de participació a les persones majors a través de les TIC.
- Disminuir la bretxa digital entre generacions.
- Millorar les condicions de vida.
- Prevenir el deteriorament cognitiu.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 55 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs-taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja amb la col·laboració de la Fundació Vodafone

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Associacions de tercera edat

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Inscripció prèvia a l'oficina de Creu Roja.

ENLLAÇ WEB

http://www.fundacionvodafoneconlosmayores.com/

Municipi: Felanitx

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Ús de Tablets i Smartphones

DESCRIPCIÓ:
Curs per a aprendre a manejar tablets i dispositius mòbils

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

DURADA: Taller puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS i Fundació Pere Tarrés

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Felanitx

ADREÇA:
C/ del Mar, 7

TELÈFON:
971581962 i 971581869

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de tecnologies de la informació i comunicació

DESCRIPCIÓ:
Formació per a gent gran en els diferents recursos que ens ofereixen les tecnologies de la informació, afavorint una inclusió i una participació social més grans.

OBJECTIUS:
Itinerari d'aprenentatge que intenta dotar els participants d'eines que passen des de perdre la por al ratolí, fins a treballar amb programes d'edició de textos, retoc fotogràfic o participació en les xarxes socials.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
Llar de Felanitx

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB
http://obrasocial.lacaixa.es/ambitos/gente30/gente30_ca.html

Municipi: Felanitx

Tipologia: salut afectivo-sexual

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de sexualitat

DESCRIPCIÓ:
Tallers sobre la sexualitat de les persones grans

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS
LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Felanitx

ADREÇA:
C/ del Mar, 7

TELÈFON:
971581962 i 971581869

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament

DESCRIPCIÓ:
Activitats per a persones que estiguin en situació de soledat, que no tinguin una xarxa social ampla.

OBJECTIUS:
- Millorar la qualitat de vida de les persones grans amb una xarxa social escassa o nul·la.
- Millorar les relacions socials de les persones grans en l'entorn proper i comunitari.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys en situació de soledat.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971295000/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Mitjançant valoració tècnica

Municipi: Felanitx

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament a gestions

DESCRIPCIÓ:

Acompanyament al metge o altres gestions, a persones majors de 65 anys, per part de persones voluntàries, amb vehicles subvencionats per IRPF.

OBJECTIUS:

- Augmentar la capacitat de dur a terme activitats bàsiques i instrumentals de la vida quotidiana.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys, amb dificultats de mobilitat, que necessiten acompanyament.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot demanar informació per telèfon.

Municipi: Felanitx

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Bingo

DESCRIPCIÓ:

Dos membres de la junta estan a càrrec d'aquesta activitat que es fa dos dies a la setmana. Posen un DVD i la màquina «cantat» els números.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai d' oci , diversió i entreteniment.
- Mantenir habilitats relacionades amb la percepció, coordinació i atenció.
- Potenciar les relacions interpersonals a través de l'activitat especificada.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Excursions i estades a hotels

DESCRIPCIÓ:

Sortides mensuals arreu de l'illa, visitant diferents indrets culturals i paisatgístics, mercats i contractant autocar i restaurant per dinar. Cada un o dos mesos fan sortides de cap de setmana a algun hotel.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai d' oci , diversió i entreteniment.
- Potenciar les relacions interpersonals a través de l'activitat especificada.
- Conèixer l'illa i les seves tradicions.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Jocs de taula

DESCRIPCIÓ:

Cada horabaixa algunes de les persones associades de la Llar juguen amb cartes, dominó i Rummikub. Jocs de taula que estan a l'abast de tothom.

OBJECTIUS:

- Fomentar l'oci en el centre a través del joc.
- Incrementar la dinamització de la Llar, mitjançant la participació dels i les asociadse en activitats distintes a les que normalment es fan de manera cuotidiana.
- Fomentar les habilitats cognitives i socials.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANIZADORA:
IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

DURADA: Tot l'any

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Revista

DESCRIPCIÓ:

Mensualment es publica Sa Gerreta, la revista de la Llar, a la qual un grapat de persones col·laboradores aporten el material: receptes, mots encreuats, frases filosòfiques, fotografies, història de Felanitx, etc. I, fins i tot, poemes i glosses escrits per ells mateixos.

OBJECTIUS:

- Fomentar la cultura.
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

DURADA: Tot l'any

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Teatre

DESCRIPCIÓ:

Un monitor de teatre, ensenya tècniques de respiració, expressió corporal, etc. i tècniques per improvisar i preparar un paper. Al final del curs representen una funció on cada participant ha hagut de memoritzat el seu personatge.

OBJECTIUS:

- Potenciar la creativitat, l'autoconfiança, la millora de la expressió corporal, l'autoconeixement, l'autoestima, la concentració, la desinhibició, el control corporal i la relaxació.
- Donar major flexibilitat davant noves propostes, escolta activa, paciència, comunicació, confiança amb l'altre, tolerància, sentimient de pertinença a un grup, col·laboració, solidaritat…
- Potenciar l'autoestima, afavorir el manteniment actiu del cos i de la ment.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes a partir de 55 anys.
No pensionistes a partir de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Prados Mas
628091936
lprados@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Felanitx

ADREÇA:

C/ del Mar, 7

TELÈFON:

971581962 i 971581869

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Felanitx

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/238

Municipi: Felanitx

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Lliurament de productes de support (caminadors, bastons, llits, cadires de rodes i grues) per a què la persona gran pugui continuar realitzant activitats de la seva vida diària.

OBJECTIUS:
- Possibilitar la realització d'activitats bàsiques i instrumentals de la vida diària

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys que necessitin productes de suport

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Persones majors de 65 anys, amb pocs recursos econòmics, prèvia valoració.

Municipi: Felanitx

Tipologia: Prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Movilització de la persona des del seu domicili al C/ amb un aparell salvaescales i el suport de personal voluntari.

OBJECTIUS:
- Superar barreres arquitectóniques

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys amb cadira de rodes, que no té ascensor al docmicili

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot sol·licitar informació per telèfon.

Municipi: Felanitx

Tipologia: Prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Assessorament productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Informació sobre la utilitat dels productes de suport, els seus beneficis i el correcte ús dels mateixos.

OBJECTIUS:
- Prevenir lesions o agreujament de les mateixes.
- Afavorir l'autonomia i evitar la dependència el màxim de temps possible.
- Millorar la qualitat de vida

PERFIL D'USUARI:
Persones que necessitin productes de suport

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Elizabeth Gutiérrez Ventura
Tel. 971295000/ 29479
elguel@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja
- Telèfon d'informació

Municipi: Felanitx

Tipologia: Suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Formació per a cuidadors no professionals

DESCRIPCIÓ:
Activitats adreçades a proporcionar eines que facilitin el maneig de la situació de cura d'una persona gran en situació de dependència.

OBJECTIUS:
- Millorar la capacitat de la persona cuidadora per a la gestió de les cures de la persona dependent que tingui al su càrrec i dels seus propis.

PERFIL D'USUARI:
Persones de qualsevol edat amb necessitat de millorar les seves competències tècniques i personals necessàries per fer-se càrec d'una persona gran depenent.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Semestral

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:
- Dependències Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Prèvia entrevista i valoració personal

Municipi: Felanitx

Tipologia: Suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Respir familiar

DESCRIPCIÓ:

Substitucions de la persona cuidadora durant unes hores a la setmana, en la tasca de la cura de la persona dependent, per descarregar el pes de dur a terme la cura, i possibilitar-los de dispondre temps per a la realització d'activitats d'oci.

OBJECTIUS:

- Reduir la càrrega de la persona cuidadora, per a poder mantenir la seva vida personal (dur una vida més autònoma, tenir hàbits saludables, participar activament en la societat, etc.)

PERFIL D'USUARI:

Persones de qualsevol edat amb sobrecàrrega per cuidar persones dependents.

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Domicili particular

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Prèvia entrevista i valoració personal

Municipi: Felanitx

Tipologia: Suport Psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i Suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació
- Realitzar una valoració psicosocial completa
- Evitar o disminuir les situacions de risc

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Felanitx

Tipologia: Voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Formacions de participació i voluntariat

DESCRIPCIÓ:
Itinerari formatiu per donar eines a la gent gran per poder desenvolupar tasques de voluntariat en el seu entorn més proper. Es parteix sempre de les seves necessitats, inquietuds i disponibilitat.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal és promoure el desenvolupament i creixement personal mitjançant l'aplicació d'estratègies i recursos que l'afavoreixin.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Llar de la tercera edat

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Felanitx

Tipologia: Voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Curs d'introducció al voluntariat

DESCRIPCIÓ:
Activitat formativa introductòria al món del voluntariat social.

OBJECTIUS:
-Introduir en el coneixement i característiques del procés del voluntariat
- Explicar els programes i serveis que des d'un model de responsabilitat social, es duen a terme en els centres residencials i llars per a persones majors de l 'IMAS.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Blanca Moll Valentí
Tel. 971760301 ext. 4108
bmoll@imas.conselldemallorca.net

LLOC ON ES DU A TERME
- Residència Bartomeu Quetgles

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DURADA: 3 sessions

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
La persona interessada en l'activitat formativa contacta amb la professional referent del voluntariat corresponent al servei Residencial i o Llar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/12

1.22. Fornalutx

Fornalutx

Població: 660 habitants
146 persones de més de 64 anys[22]

[22] Dades Ibestat Padró 2019

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

Municipi: Fornalutx

Tipologia: Estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de Majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant d'aquesta manera el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia
- Retardar les conseqüències de l'envelliment
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals (TS Silvia Rodríguez)
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:
971638997

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Fornalutx

Tipologia: Oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Sortides culturals

DESCRIPCIÓ:
Sortides culturals arran de l'illa, I també fora de la mateixa.

PERFIL D'USUARI:
Majors de 60 anys

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament Fornalutx

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a l'associació de tercera edat

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Jaume
Tel. 971631901

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Associació tercera edat

ADREÇA:
C/ Vicari Solivelles, 1

Municipi: Fornalutx

Tipologia: Activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Moviments saludables

DESCRIPCIÓ:

Activitat d'envelliment actiu que consisteix en activitats aquàtiques

OBJECTIUS:

- Envelliment actiu
- Estimular les capacitats socials
- Prevenció de les malalties òssies

PERFIL D'USUARI:

Majors de 60 anys

ENTITAT ORGANTIZADORA:

Ajuntament Fornalutx

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Poliesportiu Son Angelats de Sóller.
Informació a l'Ajuntament 971639077

Municipi: Fornalutx

Tipologia: Suport Psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i Suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació
- Realitzar una valoració psicosocial completa
- Evitar o disminuir les situacions de risc

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals (TS Silvia Rodríguez)
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

971638997

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

1.23. Inca

Inca

Població: 33.319 habitants
4.744 persones de més de 64 anys[23]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[23] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Inca

Tipologia: Activitat física/Benestar Emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut Es Blanquer-Inca

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu propi entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca
Atenzia

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971502634

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Inca

ADREÇA:
C/ Castell de Bellver, 2

TELÈFON:
971502634

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Inca

Tipologia: Activitat física/Benestar Emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Unitat Bàsica So Na Monda-Inca

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu propi entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca
Atenzia

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971883753

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
UB So Na Monda

ADREÇA:
C/ Bisbe Morro, s/n

TELÈFON:
971883753

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Inca

Tipologia: Benestar Emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de desenvolupament personal i cicle vital

DESCRIPCIÓ:

Aquest programa planteja un conjunt de coneixements, tècniques i habilitats psicoemocionals. Es treballen temàtiques com: les motivacions, el control sobre la pròpia vida, planificar i gestionar el temps, prendre decisions, pensar en positiu, les meves relacions, donar-se permís.

OBJECTIUS:

- Promocionar els valors de dignitat i autonomia al llarg del procés d'envelliment.
- Promoure el coneixement i l'aplicació d'estratègies per contribuir al creixement i desenvolupament personal.
- Afavorir la reflexió sobre èxits amb significat i valor per al desenvolupament del projecte de vida de les persones.

PERFIL D'USUARI:

Persones grans sense dificultats cognitives

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:

Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME

- Llar de la tercera edat d'Inca i Comarca. Llar dels Padrins.

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB

https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Inca

Tipologia: Benestar Emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Taller d'higiene de la són

DESCRIPCIÓ:

El taller ofereix als participants una guia amb les pautes que fomenten una bona higiene de la son, ressaltant la importància d'adquirir hàbits saludables i una rutina apropiada abans d'anar a dormir.

OBJECTIUS:

- Millorar la quailitat de la son afavorint l'adopció d'hàbits saludables
- Generar un espai de comunicació, primera intervenció i derivació per una adeqüada intervenció davant casos de patologia de la son que es puguin detectar.

PERFIL D'USUARI:

Persones grans

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Raquel Moreno
Tel. 971718393
cz.mallorca@atenzia.com

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament d'Inca

LLOC ON ES DU A TERME

- Serveis Socials d'Inca

ADREÇA:

Avda. General Luque 223

TELÈFON:

871 912 371

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Telefonant a l'oficina d'Atenzia o als Serveis Socials d'Inca

Municipi: Inca

Tipologia: Estimulació cognitiva / Benestar Emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Itinerari de salut i benestar

DESCRIPCIÓ:
Itinerari de salut que es composa de 7 tallers que tracten diversos temes i donen pautes per gaudir d'un envelliment saludable i potencien l'autonomia personal: despertar amb un somriure, activa't, menys dolor més vida, alimenta el teu benestar, en forma, entrena i exercit@lament.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal d'aquests tallers serà facilitar a les persones grans les eines necessàries per promoure'n l'autonomia i millorar-ne el benestar

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense demència

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Llar de la tercera edat d'Inca i Comarca. Llar dels Padrins.

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Inca

Tipologia: Estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de Majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant d'aquesta manera el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia
- Retardar les conseqüències de l'envelliment
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Inca

Tipologia: Noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de tecnologies de la informació i comunicació

DESCRIPCIÓ:
Formació per a gent gran en els diferents recursos que ens ofereixen les tecnologies de la informació, afavorint una inclusió i una participació social més grans.

OBJECTIUS:
Itinerari d'aprenentatge que intenta dotar els participants d'eines que passen , des de perdre la por al ratolí, fins a treballar amb programes d'edició de textos, retoc fotogràfic o participació en les xarxes socials.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Llar de la tercera edat d'Inca i Comarca. Llar dels Padrins.

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB
http://obrasocial.lacaixa.es/ambitos/gente30/gente30_ca.html

Municipi: Inca

Tipologia: Oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Oci i temps lliure cultural

DESCRIPCIÓ:
Programació mensual d'activitats pròpies tals com exposicions, teatre, concerts, tallers, etc.

OBJECTIUS:
Disposar d'una oferta d'activitats diversa, que doni cbuda a col·lectius d'edat i necessitats diferents

LLOC ON ES DURÀ A TERME L'ACTIVITAT:
Centre Sociocultural Inca
C/Pius XII,5

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Maria Martorell
Tel. 971505792
mariamartorell@conselldemallorca.net

Direcció Insular de Promoció Sociocultural
Departament de Participació Ciutadana i Presidència
Consell de Mallorca

ENTITAT ORGANITZADORA:
Direcció Insular de Promoció Sociocultural
Departament de Participació Ciutadana i Presidència
Consell de Mallorca

DURADA: Puntual (Consultar programació mensual al Facebook)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Entrada lliure o amb inscripció prèvia, segons l'activitat

XARXES SOCIALS
Facebook: Promoció sociocultural Consell de Mallorca

Municipi: Inca

Tipologia: Oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament

DESCRIPCIÓ:
Activitats per a persones que estiguin en situació de soledat, que no tinguin una xarxa social ampla

OBJECTIUS:
- Millorar la qualitat de vida de les persones grans amb escasa o nul·la xarxa social
- Millorar les relacions socials de les persones grans dins el seu entorn proper i comunitari

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys en situació de soledat

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971295000/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Mitjançant valoració tècnica

Municipi: Inca

Tipologia: Oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament a gestions

DESCRIPCIÓ:

Acompanyament al metge o altres gestions, a persones majors de 65 anys, per part de persones voluntàries, amb vehicles subvencionats per IRPF.

OBJECTIUS:

- Augmentar la capacitat de dur a terme activitats bàsiques i instrumentals de la vida quotidiana.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys, amb dificultats de mobilitat, que necessita acompanyament

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot sol·licitar informació per telèfon.

Municipi: Inca

Tipologia: Prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Movilització de la persona des del seu domicili al C/ amb un aparell salvaescales i el suport de personal voluntari.

OBJECTIUS:
- Superar barreres arquitectóniques

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys amb cadira de rodes, que no té ascensor al docmicili

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot sol·licitar informació per telèfon.

Municipi: Inca

Tipologia: Prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Lliurament de productes de suport (caminadors, bastons, llits, cadires de rodes i grues) perquè la persona gran pugui continuar fent activitats de la vida diària.

OBJECTIUS:
- Possibilitar la realització d'activitats bàsiques i instrumentals de la vida diària.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys que necessitin productes de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Persones majors de 65 anys, amb pocs recursos econòmics, prèvia valoració.

Municipi: Inca

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Assessorament productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Informació sobre la utilitat dels productes de suport, els beneficis i com usar-los correctament.

OBJECTIUS:
- Prevenir lesions o que s'agreugin.
- Afavorir l'autonomia i evitar la dependència el màxim de temps possible.
- Millorar la qualitat de vida.

PERFIL D'USUARI:
Persones que necessitin productes de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Elizabeth Gutiérrez Ventura
Tel. 971295000/ 29479
elguel@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja.
- Telèfon d'informació.

Municipi: Inca

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Formació per a cuidadors no professionals

DESCRIPCIÓ:

Activitats adreçades a proporcionar eines que facilitin el maneig de la situació de cura d'una persona gran en situació de dependència.

OBJECTIUS:

Millorar la capacitat de la persona cuidadora per a la gestió de les cures de la persona dependent que tingui al seu càrrec.

PERFIL D'USUARI:

Persones de qualsevol edat amb necessitat de millorar les competències tècniques i personals necessàries per fer-se càrrec d'una persona gran dependent.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs

DURADA: Semestral

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANTIZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Entrevista i valoració personal Prèvia.

Municipi: Inca

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Estimulació cognitiva per a persones amb Alzheimer

DESCRIPCIÓ:
S'analitza la relació entre envelliment i pèrdua de memòria, amb l'objectiu de revisar els estereotips i predisposar la ment per aprendre les claus de l'estimulació cognitiva. Es fa un recorregut teòric pel funcionament de la memòria i les causes dels oblits, per centrar-se en el bloc d'estimulació cognitiva. S'analitzen les bases de les tècniques d´estimulació cognitiva i les funcions cognitives que més interessen en relació a la memòria i a les persones majors, per entendre'n la importància i la manera d'estimular-les. S'incorporen nombrosos exemples pràctics amb les explicacions.

OBJECTIUS:
L'objectiu del taller és que els familiars de persones amb Alzheimer coneguin tècniques bàsiques d'estimulació que ajudin en l'entrenament de la memòria de la persona afectada i en millorin la qualitat de vida.

PERFIL D'USUARI:
Cuidadors de persones usuàries del SAD amb la malaltia d'Alzheimer.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Sharron Chamberlain
Tel. 639690374
schamberlain@arquisocial.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament d'Inca

LLOC ON ES DU A TERME
- Pendent

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció telefònica o per correu electrònic.

Municipi: Inca

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Respir familiar

DESCRIPCIÓ:

Substitucions de la persona cuidadora durant unes hores a la setmana, en la tasca de la cura de la persona dependent, per descarregar-la del pes de la cura, i possibilitar-li disposar de temps per a activitats d'oci.

OBJECTIUS:

- Reduir la càrrega de la persona cuidadora per poder mantenir la seva vida personal (dur una vida més autònoma, tenir hàbits saludables, participar activament en la societat, etc.).

PERFIL D'USUARI:

Persones de qualsevol edat amb sobrecàrrega per cuidar persones dependents.

DURADA: anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Domicili particular

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Entrevista i valoració personal Prèvia.

Municipi: Inca

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Inca

Tipologia: voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Formació de participació i voluntariat

DESCRIPCIÓ:
Itinerari formatiu per donar eines a la gent gran per poder desenvolupar tasques de voluntariat en l'entorn més proper. Es parteix sempre de les seves necessitats, inquietuds i disponibilitat.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal és promoure el desenvolupament i creixement personal mitjançant l'aplicació d'estratègies i recursos que l'afavoreixin.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Llar de la tercera edat d'Inca i Comarca. Llar dels Padrins.

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

1.24. Lloret de Vistalegre

Lloret de Vistalegre

Població: 1.372 habitants
244 persones de més de 64 anys[24]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[24] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Lloret

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Lloret

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.25. Lloseta

Lloseta

Població: 5.988 habitants
966 persones de més de 64 anys[25]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[25] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Lloseta

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Unitat Bàsica de Lloseta

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971519450

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
UB Lloseta

ADREÇA:
C/ Antoni Maura, 21

TELÈFON:
971519450

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Lloseta

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Lloseta

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.26. Llubí

Llubí

Població: 2.273 habitants
430 persones de més de 64 anys[26]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[26] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Llubí

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Llubí

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i Suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.27. Llucmajor

Llucmajor

Població: 36.914 habitants
5.446 persones de més de 64 anys[27]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[27] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Llucmajor

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball de saló i ball en línia

DESCRIPCIÓ:
El monitor del taller ensenya passos de ball de saló per a parelles i passos de ball de línia individual amb acompanyament musical.

OBJECTIUS:
- Promoure la salut en general.
- Fomentar estils de vida saludable.
- Prevenir la dependència.
- Fomentar l'autonomia.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANTIZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica

OBJECTIUS:
Fomentar l'autonomia, així com les habilitats físiques i socials

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes o vídues/s majors de 55 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANTIZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ Rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ioga

OBJECTIUS:
Promocionar l'autonomia personal.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes o vídues majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Interessar-se per dur a terme l'activitat i estar en condicions físiques de poder desenvolupar-la.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Zumba

OBJECTIUS:

- Promoure la salut en general.
- Fomentar estils de vida saludable.
- Prevenir la dependència.
- Fomentar l'autonomia.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i pensionistes o vídues majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Direcció
971662360

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Llucmajor

ADREÇA:

C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:

971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut de Trencadors, Marina de Llucmajor

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971442754

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Trencadors, Marina de Llucmajor

RUTAS SALUDABLES

ADREÇA:
C/ Terral, 37B

TELÈFON:
971442754

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Llucmajor

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Migjorn

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971662548

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Migjorn

ADREÇA:
C/ Antoni Maura, s/n

TELÈFON:
971662548

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Llucmajor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Calats, garces, macramé

DESCRIPCIÓ:
La monitora voluntària del taller ajuda a elaborar objectes de macramé (cortines, etc.) i objectes a partir de materials reutilitzats.

OBJECTIUS:
- Fomentar la capacitat artística.
- Desenvolupar les habilitats manuals.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Coral

DESCRIPCIÓ:
El director (voluntari) de la coral ensenya a cantar peces musicades als membres de la coral.

OBJECTIUS:
- Fomentar la capacitat artística.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Dibuix i pintura

DESCRIPCIÓ:
La monitora ajuda a realitzar la tècnica de pintura a l'oli.

OBJECTIUS:
- Fomentar la capacitat artística.
- Desenvolupar les habilitats manuals.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANTIZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Pintura damunt tela

DESCRIPCIÓ:
La monitora voluntària del taller ajuda a pintar i a decorar diverses teles (estovalles, coixins, etc.).

OBJECTIUS:
- Fomentar la capacitat artística.
- Desenvolupar les habilitats manuals.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Punt mallorquí i calats

DESCRIPCIÓ:
La monitora del taller ajuda a elaborar brodats sobre peces de roba.

OBJECTIUS:

- Fomentar la capacitat artística.
- Desenvolupar les habilitats manuals.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANTIZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Cuina

DESCRIPCIÓ:
Elaboració de receptes diverses.

OBJECTIUS:

- Formar-se i relacionar-se amb altres persones.
- Compartir experiències, coneixements.

PERFIL D'USUARI:
Dones inscrites a la Llar.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANTIZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de desenvolupament personal i cicle vital

DESCRIPCIÓ:

Aquest programa planteja un conjunt de coneixements, tècniques i habilitats psicoemocionals. Es treballen temàtiques com: les motivacions, el control sobre la pròpia vida, planificar i gestionar el temps, prendre decisions, pensar en positiu, les relacions, donar-se permís.

OBJECTIUS:

- Promocionar els valors de dignitat i autonomia al llarg del procés d'envelliment.
- Promoure el coneixement i l'aplicació d'estratègies per contribuir al creixement i desenvolupament personal.
- Afavorir la reflexió sobre èxits amb significat i valor per al desenvolupament del projecte de vida de les persones.

PERFIL D'USUARI:

Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANTIZADORA:

Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME

- Llar de la tercera edat

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB

https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Llucmajor

Tipologia: estimulació cognitiva / benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Itinerari de salut i benestar

DESCRIPCIÓ:
Itinerari de salut que es composa de 7 tallers que tracten diversos temes i donen pautes per gaudir d'un envelliment saludable i potencien l'autonomia personal: despertar amb un somriure, activa't, menys dolor més vida, alimenta el teu benestar, en forma, entrena i exercit@lament.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal d'aquests tallers és facilitar a les persones grans les eines necessàries per promoure'n l'autonomia i millorar-ne el benestar.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense demència.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Llar de la tercera edat

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Llucmajor

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Escacs

DESCRIPCIÓ:
Activitat lúdica

OBJECTIUS:
- Promoure beneficis diversos.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANTIZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Llucmajor

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de Memòria

DESCRIPCIÓ:

Activitats socials encaminades a fomentar l'envelliment actiu i les relacions intergeneracionals, amb la finalitat d'aconseguir que les persones grans gaudeixin d'una vellesa saludable i activa.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Llucmajor

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- UTS Llucmajor (C/ Sindicat, 66)
- UTS S'Arenal (C/Maria Antònia Salvà, 50)

DURADA: 20hores

TELÈFON:

- UTS Llucmajor 971660493
- UTS S'Arenal 971443578

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Per inscriure's en aquest taller s'han de posar en contacte amb Serveis Socials

Municipi: Llucmajor

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Amics lectors

DESCRIPCIÓ:
Lectura en grup dels textos seleccionats.
Debat sobre la lectura feta a casa d'un llibre escollit prèviament.
Assignació de tasca per a la propera sessió.

OBJECTIUS:

- Mantenir aspectes cognitius com l'atenció, la concentració, la memòria, etc.
- Fomentar la lectura mitjançant una dinàmica de grup.
- Potenciar les habilitats psicosocials.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Anglès

DESCRIPCIÓ:
La professora que dirigeix aquest taller ensenya a escriure correctament la llengua anglesa en funció de les possibilitats de les persones assistents.

OBJECTIUS:
Facilitar el coneixement de la Llengua anglesa escrita i parlada a les persones que ho desitgin.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Català

DESCRIPCIÓ:
La professora que dirigeix aquest taller ensenya a escriure correctament la llengua catalana en funció de les possibilitats de les persones assistents.

OBJECTIUS:
Facilitar el coneixement de la Llengua catalana escrita i parlada a les persones que ho desitgin.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Cultura general

DESCRIPCIÓ:
Taller sobre cultura general dut a terme per una persona voluntària, mestra d'escola jubilada.

OBJECTIUS:
Explicacions i conversa sobre temes d'interès per a les persones que hi participen.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Història de Mallorca

DESCRIPCIÓ:
Són sessions de 60 minuts impartides per un mestre jubilat que explica història de Mallorca.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de tecnologies de la informació i comunicació

DESCRIPCIÓ:
Formació per a gent gran en els diferents recursos que ens ofereixen les tecnologies de la informació, afavorint una inclusió i participació social més grans.

OBJECTIUS:
Itinerari d'aprenentatge que intenta dotar els participants d'eines que van des de perdre la por al ratolí, fins a treballar amb programes d'edició de textos, retoc fotogràfic o participació en les xarxes socials.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Llar de la tercera edat

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
http://obrasocial.lacaixa.es/ambitos/gente30/gente30_ca.html

Municipi: Llucmajor

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Informàtica de repàs

DESCRIPCIÓ:
La persona que dirigeix el taller dóna suport en l'aprenentatge de l'ús de l'ordinador a les persones que s'hi inicien.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Direcció
971662360

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la Llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Llucmajor

ADREÇA:
C/ del rei Jaume I, 1

TELÈFON:
971662360

DURADA: Curs escolar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/241

Municipi: Llucmajor

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Taller Cuidar al cuidador

DESCRIPCIÓ:
Activitats de suport al cuidador

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Llucmajor

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- UTS Llucmajor (C/ Sindicat, 66)
- UTS S'Arenal (C/Maria Antònia Salvà, 50)

DURADA: 20hores

TELÈFON:

- UTS Llucmajor 971660493
- UTS S'Arenal 971443578

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Per inscriure's en aquest taller s'han de posar en contacte amb Serveis Socials

Municipi: Llucmajor

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones depenents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Llucmajor

Tipologia: voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Formacions de participació i voluntariat

DESCRIPCIÓ:
Itinerari formatiu per donar eines a la gent gran per desenvolupar tasques de voluntariat en el seu entorn més proper. Es parteix sempre de les seves necessitats, inquietuds i disponibilitat.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal és promoure el desenvolupament i creixement personal mitjançant l'aplicació d'estratègies i recursos que ho afavoreixin.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Llar de la tercera edat

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

1.28. Manacor

Manacor

Població: 43.808 habitants
6.659 persones de més de 64 anys[28]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[28] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball de línia i ball de saló

DESCRIPCIÓ:

Consisteix en una activitat en què el monitor ensenya una coreografia acompanyada de música i els alumnes l'assatgen fins que són capaços de dur-la a terme.

OBJECTIUS:

- Fomentar l'exercici físic
- Socialització
- Treballar la memòria

PERFIL D'USUARI:

Persones grans jubilades

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Catalina Pont Gomila
662350621
cpont@manacor.org

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Manacor

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la delegació de Gent Gran de l'Ajuntament.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Espai Na Camel·la de Mancor
Centre Cívic de Son Macià

ADREÇA:

C/ d'en Tià de la Reial, 6 (Manacor)
C/ Puig del Anar, 16 (Son Macià)

TELÈFON: 662350621

DURADA: Curs escolar

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica i Pilates

DESCRIPCIÓ:

Consisteix en una activitat en què el monitor fa classes de gimnàstica o pilates adaptada a les persones majors.

OBJECTIUS:

- Fomentar l'exercici físic
- Socialització
- Treballar la memòria

PERFIL D'USUARI:

Persones grans jubilades

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Catalina Pont Gomila
662350621
cpont@manacor.org

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Manacor

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la delegació de Gent Gran de l'Ajuntament

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Espai Na Camel·la, i delegacióde Porto Cristo

ADREÇA:

C/d'en Tià de la Reial, 6
C/ Gual, 3

TELÈFON: 662350621

DURADA: Curs escolar

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Danses del món

DESCRIPCIÓ:
És una activitat en què el monitor ensenya passes i coreografies de danses que es ballen per tot el món amb acompanyament musical.

OBJECTIUS:

- Promoure la salut en general.
- Fomentar estils de vida saludable.
- Prevenir la dependencia.
- Fomentar l'autonomia.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans jubilades de més de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Catalina Pont Gomila
662350621
cpont@manacor.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Manacor

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la delegació de Gent Gran de l'Ajuntament.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Espai Na Camel·la

ADREÇA:
C/ d'en Tià de la Reial, 6

TELÈFON: 662350621

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Grup de caminadors

DESCRIPCIÓ:
Sortides de 2 hores i mitja pels camins rurals de Manacor, guiades per un voluntari.

OBJECTIUS:

- Fomentar les interaccions i relacions socials entre persones amb interessos comuns.
- Fomentar la participació dels socis i les sòcies en activitats diferents a les que desenvolupen de manera cuotidiana.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86
mburguera@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball de saló i ball en línia

DESCRIPCIÓ:
El monitor del taller ensenya passos de ball de saló per a parelles i passos de ball de línia individual amb acompanyament musical.

OBJECTIUS:
- Promoure la salut en general.
- Fomentar estils de vida saludable.
- Prevenir la dependència.
- Fomentar l'autonomia.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86
mburguera@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Petanca

DESCRIPCIÓ:

Activitat guiada per un voluntari, el qual estableix contacte amb les persones majors interessades en el joc.

OBJECTIUS:

- Fomentar l'oci en el centre a través del joc.
- Incrementar la dinamització de la Llar, mitjançant la participació dels socis i les sòcies en activitats distintes a les que normalment es desenvolupen.
- Fomentar les habilitats cognitives i socials entre les persones associades.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86
mburguera@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar

DURADA: Curs escolar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Manacor

ADREÇA:

C/ Nou, 46

TELÈFON:

971 84 37 86

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Manacor-Sa Torre

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971555411

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Manacor

ADREÇA:
C/ Simó Tort, s/n

TELÈFON:
971555411

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Porto Cristo

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971822534

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Porto Cristo

ADREÇA:
C/ Villalonga, 6

TELÈFON:
971822534

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Fotografia

DESCRIPCIÓ:

La persona voluntària farà fotografies sobre escenes, persones i objectes en relació als actes programats pel centre

OBJECTIUS:

- Ocupar el lleure amb activitats productives que proporcionen satisfacció.
- Facilitar les relacions interpersonals.
- Seguir l'evolució del centre mitjançant fotografies dels actes més significatius

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86
mburguera@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Manacor

ADREÇA:

C/ Nou, 46

TELÈFON:

971 84 37 86

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de tall i confecció

DESCRIPCIÓ:

La persona voluntària ajuda a tallar i confeccionar roba a les persones interessades

OBJECTIUS:

- Possibilitar, a través de l'activitat manual, relacions comunicatives entre el grup.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes específic.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

MODALITAT: Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86
mburguera@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Manacor

ADREÇA:

C/ Nou, 46

TELÈFON:

971 84 37 86

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Pintura damunt ceràmica

DESCRIPCIÓ:
La monitora del taller ajuda a pintar i a decorar objectes de ceràmica.

OBJECTIUS:

- Fomentar la capacitat artística i les habilitats manuals.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Pintura damunt tela

DESCRIPCIÓ:
La monitora del taller ajuda a pintar i a decorar diverses teles (estovalles, coixins, etc.).

OBJECTIUS:

- Fomentar la capacitat artística i les habilitats manuals.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Macramé i artesania amb reciclatge

DESCRIPCIÓ:
La monitora del taller ajuda a elaborar objectes de macramé (cortines, etc.) i objectes a partir de materials reutilitzats.

OBJECTIUS:

- Fomentar la capacitats artístiques i manuals.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANTIZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Pintura a l'oli

DESCRIPCIÓ:
La monitora ajuda a realitzar la tècnica de pintura a l'oli.

OBJECTIUS:

- Fomentar la capacitats artístiques i manuals.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Fang

DESCRIPCIÓ:
La monitora ajuda a realitzar objectes de fang i els cou al forn, després es pinten i decoren.

OBJECTIUS:

- Fomentar la capacitats artístiques i manuals.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANTIZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Pasta de porcellana i copinyes

DESCRIPCIÓ:
La monitora del taller ensenya a realitzar objectes de decoració a partir de pasta de porcellana i copinyes.

OBJECTIUS:

- Fomentar la capacitats artístiques i manuals.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Punt mallorquí i calats

DESCRIPCIÓ:
La monitora del taller ajuda a elaborar brodats damunt peces de roba.

OBJECTIUS:

- Fomentar la capacitats artístiques i manuals.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Coral

DESCRIPCIÓ:
La directora de la coral ensenya a cantar peces musicades als participants del taller.

OBJECTIUS:
- Fomentar la capacitat artística.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: benestar emocional/oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Aula 65

DESCRIPCIÓ:

Espai gratuït de trobades, informació, aprenentatge i oci (xerrades preventives, cinefòrums, visites culturals, trobades intergeneracionals, excursions…).

OBJECTIUS:

- Proporcionar a les persones en procès d'envelliment un espai de confiança, on pugin cercar informació, rebre orientació, expressar opinions, trobar suport emocional i relacionar-se amb persones de la seva edat o més joves.

PERFIL D'USUARI:

Persones que vulguin gaudir d'un envellliment actiu i saludable, en companyia d'altres persones.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Conferències i tallers

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Associacions de tercera edat

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Lliure i gratuït, amb una entrevista personal prèvia.

ENLLAÇ WEB

http://www.cruzroja.es/portal/page?_pageid=563,12250415&_dad=portal30&_schema=PORTAL30&P_CENT=14305

Municipi: Manacor

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Manacor

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Grup de conversa

DESCRIPCIÓ:
És un grup de tertúlia sobre temes d'interès.

OBJECTIUS:

- Promoure la salut i l'estimulació cognitiva.
- Prevenir la dependència
- Fomentar la convivència i l'ajuda mútua.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de lectura

DESCRIPCIÓ:

Lectura en grup, dinamitzada per una persona voluntària, dels textos seleccionats, que poden ser relats, contes, rondalles, notícies, etc. Debat sobre la lectura feta a casa d'un llibre prèviament escollit. Assignació de tasca per a la propera sessió.

OBJECTIUS:

- Mantenir aspectes cognitius com l'atenció, la concentració, la memòria, etc.
- Fomentar la lectura mitjançant una dinàmica de grup.
- Potenciar les habilitats psicosocials.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Petanca

DESCRIPCIÓ:
Activitat intergeneracional de petanca.

OBJECTIUS:
- Conectar els nins amb l'envelliment, augmentant els seus coneixements vitals i enriquint-los com a persones.
- Millorar el benestar emocional de la gent major, establint i potenciant la relació amb els nins.
- Fomentar el diàleg i la comprensió entre les persones majors i els nins, millorant l'autoestima dels majors i potenciant en els nins els valors de convivència i respecte cap als majors.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys; i infants d'una escola contactada prèviament per fer l'activitat.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86
mburguera@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar.
Contacte amb una escola per determinar el grup d'infants que hi participarà.

DURADA: Curs escolar

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Informàtica i mòbil

DESCRIPCIÓ:

Consisteix en una activitat on el monitor ensenya les noves tecnologies per fer que la informàtica i el maneig del mòvil esdevengui un recurs eficient, a més d'una eina de participació social.

OBJECTIUS:

- Disminuir la bretxa digital entre generacions.
- Millorar les condicions de vida.
- Prevenir el deteriorament cognitiu.

PERFIL D'USUARI:

Persones grans jubilades de més de 60 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Catalina Pont Gomila
662350621
cpont@manacor.org

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Manacor

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la delegació de Gent Gran de l'Ajuntament.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Institut públic Mossèn Alcover

ADREÇA:

C/ del pare Andreu Fernández, 12

TELÈFON: 662350621

Municipi: Manacor

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Aula digital per a majors

DESCRIPCIÓ:
Espais de participació digital, que inclouen una formació amb la facilitació d'espais tutelats d'accés a internet per fer que la informàtica esdevengui un recurs eficient, a més d'una eina de participació social.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai de participació a les persones majors a través de les TIC.
- Disminuir la bretxa digital entre generacions.
- Millorar les condicions de vida.
- Prevenir el deteriorament cognitiu.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 55 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs-taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja amb la col·laboració de la Fundació Vodafone

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Associacions de tercera edat

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Inscripció prèvia a l'oficina de la Creu Roja.

ENLLAÇ WEB
http://www.fundacionvodafoneconlosmayores.com/

Municipi: Manacor

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament visites culturals

DESCRIPCIÓ:
Activitat d'acompanyament a les persones majors, donant-los el suport que hagin de menester.

OBJECTIUS:

- Promoure activitats lúdiques i culturals.
- Aconseguir augmentar el nivell d'integració social a través d'activiatas que pressuposen la utilització dels recursos que la comunitat ofereix.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans jubilades de més de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Catalina Pont Gomila
662350621
cpont@manacor.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Manacor

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la delegació de Gent Gran de l'Ajuntament.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Ajuntament de Manacor

ADREÇA:
Pça. del Convent, 1

TELÈFON: 662350621

0Municipi: Manacor

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Trobades de gent gran

DESCRIPCIÓ:

L'Ajuntament organitza i gestiona tot el necessari per celebrar les diferents trobades de gent gran.

OBJECTIUS:

- Participar activament en el foment de l'oci.
- Col·laborar en el foment de la dinamització i participació activa de la gent gran.

PERFIL D'USUARI:

Persones grans jubilades de més de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Catalina Pont Gomila
662350621
cpont@manacor.org

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Manacor

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la delegació de Gent Gran de l'Ajuntament.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Ajuntament de Manacor

ADREÇA:

Pça. del Convent, 3

TELÈFON: 662350621

Municipi: Manacor

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Dòmino

DESCRIPCIÓ:

La persona voluntària estableix contacte amb les persones majors interessades en el joc de dominó i, quan finalitzi, col·labora en les tasques designades pel responsable de l'activitat.

OBJECTIUS:

- Fomentar l'oci en el centre a través del joc.
- Incrementar la dinamització de la Llar, mitjançant la participació dels socis i les sòceis en activitats distintes a les que normalment es desenvolupen de manera cuotidiana.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:

C/ Nou, 46

TELÈFON:

971 84 37 86

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Celebracions de festes i commemoracions

DESCRIPCIÓ:

La persona voluntària abans de l'activitat, condicionarà l'espai movent taules i cadires, prepararà els útils i productes per a la festa, etc. Durant l'activitat, atén les necessitats del les persones associades repartint menjar i begude. En acabar, col·loca les taules i cadires al seu lloc, recull els útils i productes emprats per fer l'activitat

OBJECTIUS:

- Participar activament en el foment de l'oci del servei sociocultural.
- Col·laborar en el foment de la dinamització i participació activa dels socis i les sòcies en activitats diferents a les que es desenvolupen de manera quotidiana en la seva vida diària.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament a excursions i viatges

DESCRIPCIÓ:
La persona voluntària acompanyarà les persones majors donant-los el suport que hagin de menester.

OBJECTIUS:
- Promoure activitats lúdiques i culturals.
- Aconseguir augmentar el nivell d'integració social a través d'activitats que pressuposen la utilització dels recursos que la comunitat ofereix.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de bingo

DESCRIPCIÓ:

La persona voluntària reparteix cartrons a les persones majors que volen participar en el joc. Dóna suport a les persones que han de menester ajuda per seguir el joc (identificació de números, ...).

OBJECTIUS:

- Oferir un espai d' oci, diversió i entreteniment.
- Mantenir habilitats relacionades amb la percepció, coordinació i atenció.
- Potenciar les relacions interpersonals a través de l'activitat especificada.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:

C/ Nou, 46

TELÈFON:

971 84 37 86

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Manacor

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Jardineria

DESCRIPCIÓ:

La persona voluntària s'encarrega de les tasques de neteja, manteniment i conservació del jardí.

OBJECTIUS:

- Ocupar el lleure amb activitats productives que proporcionen satisfacció.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.
- Neteja i manteniment del jardí.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:

C/ Nou, 46

TELÈFON:

971 84 37 86

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

Municipi: Inca

Tipologia: Oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Oci i temps lliure cultural

DESCRIPCIÓ:
Programació mensual d'activitats pròpies tals com exposicions, teatre, concerts, tallers, etc.

OBJECTIUS:
Disposar d'una oferta d'activitats diversa, que doni cbuda a col·lectius d'edat i necessitats diferents

LLOC ON ES DURÀ A TERME L'ACTIVITAT:
Centre Sociocultural Manacor
C/Bisbe Llompart,56

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Entrada lliure o amb inscripció prèvia, segons l'activitat

Direcció Insular de Promoció Sociocultural
Departament de Participació Ciutadana i Presidència
Consell de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
971551348
Margalida Piris
mpiris@conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
Direcció Insular de Promoció Sociocultural
Departament de Participació Ciutadana i Presidència
Consell de Mallorca

DURADA: Puntual (Consultar programació mensual al Facebook)

XARXES SOCIALS
Facebook: Promoció sociocultural Consell de Mallorca

Municipi: Manacor

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament

DESCRIPCIÓ:

Activitats per a persones que estiguin en situació de soledat, que no tinguin una xarxa social ampla.

OBJECTIUS:

- Millorar la qualitat de vida de les persones grans amb escassa o nul·la xarxa social.
- Millorar les relacions socials de les persones grans dins l'entorn proper i comunitari.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys en situació de soledat.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971295000/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Mitjançant valoració tècnica

Municipi: Manacor

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament a gestions

DESCRIPCIÓ:

Acompanyament al metge, o altres gestions, a persones majors de 65 anys, per part de persones voluntàries, amb vehicles subvencionats per IRPF.

OBJECTIUS:

- Augmentar la capacitat de dur a terme activitats bàsiques i instrumentals de la vida quotidiana.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys, amb dificultats de mobilitat, que necessita acompanyament.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot sol·licitar informació per telèfon.

Municipi: Manacor

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Mobilització de la persona des del seu domicili al carrer amb un aparell salvaescales i el suport de personal voluntari.

OBJECTIUS:

- Superar barreres arquitectòniques.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys amb cadira de rodes, que no té ascensor al docmicili.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot sol·licitar informació per telèfon.

Municipi: Manacor

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:

Lliurament de productes de support (caminadors, bastons, llits, cadires de rodes i grues) perquè la persona gran pugui continuar fent les activitats de la seva vida diària.

OBJECTIUS:

- Possibilitar fer activitats bàsiques i instrumentals de la vida diària.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys que necessitin productes de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Persones majors de 65 anys, amb pocs recursos econòmics, amb valoració prèvia.

Municipi: Manacor

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Assessorament productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Informació sobre la utilitat dels productes de suport, els seus beneficis i com usar-los correctament.

OBJECTIUS:

- Prevenir lesions o que s'agreugin.
- Afavorir l'autonomia i evitar la dependència el màxim de temps possible.
- Millorar la qualitat de vida.

PERFIL D'USUARI:
Persones que necessitin productes de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Elizabeth Gutiérrez Ventura
Tel. 971295000/ 29479
elguel@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja
- Telèfon d'informació

Municipi: Manacor

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Grup d'ajuda per a cuidadors

DESCRIPCIÓ:

Espais de trobada adreçats a fomentar la interrelació entre persones cuidadores per millorar-ne l'estat anímic. Són activitats d'oci conjunt, de grups de suport i de dol.

OBJECTIUS:

- Millorar la implicació de la persona cuidadora en la reducció de la intensitat/càrrega de treball derivada de la cura.

PERFIL D'USUARI:

Persones de qualsevol edat amb sobrecàrrega per cuidar persones majors depenents.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja

DURADA: Anual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Amb entrevista i valoració personal prèvia.

Municipi: Manacor

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Formació per a cuidadors no professionals

DESCRIPCIÓ:
Activitats adreçades a proporcionar eines que facilitin el maneig de la situació de cura d'una persona gran en situació de dependència.

OBJECTIUS:

- Millorar la capacitat de la persona cuidadora per a la gestió de les cures de la persona dependent que tingui al su càrrec.

PERFIL D'USUARI:
Persones de qualsevol edat amb necessitat de millorar les competències tècniques i personals necessàries per fer-se càrrec d'una persona gran depenent.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Semestral

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Amb entrevista i valoració personal prèvia.

Municipi: Manacor

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Respir familiar

DESCRIPCIÓ:

Substitucions de la persona cuidadora durant unes hores a la setmana, en la tasca de la cura de la persona dependent, per descarregar-la del pes de dur a terme la cura, i possibilitar-li dispòsar de temps per a activitats d'oci.

OBJECTIUS:

- Reduir la càrrega de la persona cuidadora, per poder mantenir la vida personal (dur una vida més autònoma, tenir hàbits saludables, participar activament en la societat, etc.).

PERFIL D'USUARI:

Persones de qualsevol edat amb sobrecàrrega per cuidar persones dependents.

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Domicili particular

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Amb entrevista i valoració personal prèvia.

Municipi: Manacor

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones depenents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Manacor

Tipologia: voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Voluntariat de suport a activitats

DESCRIPCIÓ:
Voluntariat per donar suport a les activitats de: grup de caminadors, petanca, dòmino, celebracions, acompanyament a excursions i viatges, bingo, taller de lectura, fotografia, jardineria, i taller de tall I confecció.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 anys i pensionistes d'invalidesa o viudetat majors de 55 anys.

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Burguera Gómez
971 84 37 86 Trabajadora social centre de Manacor
mburguera@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció prèvia a la llar de Manacor

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Llar de Manacor (centre de Manacor)

ADREÇA:
C/ Nou, 46

TELÈFON:
971 84 37 86

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/239

1.29. Mancor de la Vall

Mancor de la vall

Població: 1.509 habitants
227 persones de més de 64 anys[29]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[29] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Mancor de la Vall

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàsia per a gent major

DESCRIPCIÓ:
Activitat física adaptada a persones d'edat avançada.

OBJECTIUS:
- Fomentar les relacions socials.
- Fomentar hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Acudir directament al Casal de Cultura el dia i l'hora de l'activitat,

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Associació d'Amics de la tercera edat de Mancor de la Vall – Ajuntament de Mancor de la Vall,

LLOC ACTIVITAT
Casal de Cultura (Dilluns, de 16.45 a 18.15 h)

ADREÇA:
C/ de Montaura, s/n

TELÈFON:
676319483

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Biel Llobera
676319483

Municipi: Mancor de la Vall

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball de saló i dansa per a gent major

DESCRIPCIÓ:
Activitat física adaptada a persones d'edat avançada.

OBJECTIUS:
- Fomentar les relacions socials.
- Fomentar hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Acudir directament al Casal de Cultura el dia i l'hora de l'activitat,

ENTITAT ORGANITZADORA:
Associació d'Amics de la tercera edat de Mancor de la Vall – Ajuntament de Mancor de la Vall.

LLOC ACTIVITAT
Casal de Cultura (dilluns, de 16.45 a 18.15 h)

ADREÇA:
C/ de Montaura, s/n

TELÈFON:
676319483

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Biel Llobera
676319483

Municipi: Mancor de la Vall

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Mancor de la Vall

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones depenents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.30. Maria de la Salut

Maria de la Salut

Població: 2227 habitants
479 persones de més de 64 anys[30]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[30] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Maria de la Salut

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Maria de la Salut

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones depenents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.31. Marratxí

Marratxí

Població: 37.193 habitants
5.288 persones de més de 64 anys[31]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[31] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Marratxí

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Txikung

DESCRIPCIÓ:
Activitat de classes de Txikung

OBJECTIUS:
Realització d'activitats d'exercici físic, de la medicina tradicional xinesa

PERFIL D'USUARI:
Persones grans

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

LLOC I PERSONA DE CONTACTE:

Associació de Joves Majors des Garrovers	Avda. Es Garrovers, 2 07141 Es Garrovers	Sra. Francisca Aguiló Serra	971796391 607804706
Associació de Persones Majors "Es Siurell"	Conde de Tendilla, 26 07141 Es Figueral	Sra. Manuela Calvo Arroyo	971794405 971604465 659418387
Associació de Persones Majors "Es Turó"	C/ Ca ses Monges, 2 07141 Pòrtol	Sra. Francisca Rigo Ramis	971797831 971602868
Associació de Persones Majors "Llebeig"	C/ Monges Agustines, 5 07141 Es Pla de na Tesa	Sra. Catalina Bis Iglesias	971600728 646596085
Associació de Persones Majors "S'Olivera"	Plaça de l'Ajuntament, 2 07141 Sa Cabaneta	Sr. Pedro Jaume Rubí	971797940 685884829
Associació de Persones Majors Cas Capità	C/ Aucanada, 1 07141 Cas Capità	Sr. José Escobar Calvo	971422436 661368499
Associació de Persones Majors de Sa Cabana	C/ Cabana, 85 07141 Sa Cabana	Sr. Juan A. Lozano Jiménez	971601226 600616036
Associació de Persones Majors des Pont d'Inca	Plaça de s'Estació, 5 07141 Es Pont d'Inca	Sr. Antoni Company Quetglas	971600283 690130678

Municipi: Marratxí

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica

DESCRIPCIÓ:
Activitat de realització de moviments gimnàstics.

OBJECTIUS:
- Activar la circulació.
- Tonificar la musculatura.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones grans de totes les associacions de Marratxí

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Antoni Coll Comas
Tel. 971600892 676653029

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Poliesportiu municipal i Liceu

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

Municipi: Marratxí

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Natació

DESCRIPCIÓ:
Activitat de natació amb nivells inicial, mitjà i alt

OBJECTIUS:

- Activar la circulació.
- Tonificar la musculatura.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones grans de totes les associacions de Marratxí

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Antoni Coll Comas
Tel. 971600892 676653029

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Piscina municipal

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

Municipi: Marratxí

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Aquafit

DESCRIPCIÓ:
Activitat aeròbica dins l'aigua

OBJECTIUS:
- Activar la circulació.
- Tonificar la musculatura.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones grans de totes les associacions de Marratxí

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Antoni Coll Comas
Tel. 971600892 676653029

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Piscina municipal

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

Municipi: Marratxí

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Aquahealth

DESCRIPCIÓ:
Activitat de reforç muscular dins l'aigua

OBJECTIUS:
- Activar la circulació.
- Tonificar la musculatura.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones grans de totes les associacions de Marratxí

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Antoni Coll Comas
Tel. 971600892 676653029

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Piscina municipal

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

Municipi: Marratxí

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball en línia

DESCRIPCIÓ:
Activitat de classes de ball en línia.

OBJECTIUS:
Realització d'exercici físic, motivant a través del ball i la música.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 50 anys

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Pedro Canyelles Creus
Tel. 971797831

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Centre "Es Turó"

ADREÇA:
C/ de Ca ses Monges, 46 (Marratxí-Pòrtol)

TELÈFON: 971797831

Municipi: Marratxí

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Vitamines emocionals

DESCRIPCIÓ:
Activitat de suport emocional

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones grans de totes les associacions de Marratxí

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Antoni Coll Comas
Tel. 971600892 676653029

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

Associació de Joves Majors des Garrovers	Avda. Es Garrovers, 2 07141 Es Garrovers	Sra. Francisca Aguiló Serra	971796391 607804706
Associació de Persones Majors "Es Siurell"	Conde de Tendilla, 26 07141 Es Figueral	Sra. Manuela Calvo Arroyo	971794405 971604465 659418387
Associació de Persones Majors "Es Turó"	C/ Ca ses Monges, 2 07141 Pòrtol	Sra. Francisca Rigo Ramis	971797831 971602868
Associació de Persones Majors "Llebeig"	C/ Monges Agustines, 5 07141 Es Pla de na Tesa	Sra. Catalina Bis Iglesias	971600728 646596085
Associació de Persones Majors "S'Olivera"	Plaça de l'Ajuntament, 2 07141 Sa Cabaneta	Sr. Pedro Jaume Rubí	971797940 685884829
Associació de Persones Majors Cas Capità	C/ Aucanada, 1 07141 Cas Capità	Sr. José Escobar Calvo	971422436 661368499
Associació de Persones Majors de Sa Cabana	C/ Cabana, 85 07141 Sa Cabana	Sr. Juan A. Lozano Jiménez	971601226 600616036
Associació de Persones Majors des Pont d'Inca	Plaça de s'Estació, 5 07141 Es Pont d'Inca	Sr. Antoni Company Quetglas	971600283 690130678

Municipi: Marratxí

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Marratxí

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Aula cultural

DESCRIPCIÓ:
Activitat de formació d'adults

OBJECTIUS:
- Ampliar coneixements de diversa temàtica.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones grans de totes les associacions de Marratxí

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Antoni Coll Comas
Tel. 971600892 676653029

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

Associació de Joves Majors des Garrovers	Avda. Es Garrovers, 2 07141 Es Garrovers	Sra. Francisca Aguiló Serra	971796391 607804706
Associació de Persones Majors "Es Siurell"	Conde de Tendilla, 26 07141 Es Figueral	Sra. Manuela Calvo Arroyo	971794405 971604465 659418387
Associació de Persones Majors "Es Turó"	C/ Ca ses Monges, 2 07141 Pòrtol	Sra. Francisca Rigo Ramis	971797831 971602868
Associació de Persones Majors "Llebeig"	C/ Monges Agustines, 5 07141 Es Pla de na Tesa	Sra. Catalina Bis Iglesias	971600728 646596085
Associació de Persones Majors "S'Olivera"	Plaça de l'Ajuntament, 2 07141 Sa Cabaneta	Sr. Pedro Jaume Rubí	971797940 685884829
Associació de Persones Majors Cas Capità	C/ Aucanada, 1 07141 Cas Capità	Sr. José Escobar Calvo	971422436 661368499
Associació de Persones Majors de Sa Cabana	C/ Cabana, 85 07141 Sa Cabana	Sr. Juan A. Lozano Jiménez	971601226 600616036
Associació de Persones Majors des Pont d'Inca	Plaça de s'Estació, 5 07141 Es Pont d'Inca	Sr. Antoni Company Quetglas	971600283 690130678

Municipi: Marratxí

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de smartphones i tablets

DESCRIPCIÓ:
Activitat de formació en noves tecnologies

OBJECTIUS:

- Millorar l'accés a les noves tecnologies

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones grans de totes les associacions de Marratxí

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Antoni Coll Comas
Tel. 971600892 676653029

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

Associació de Joves Majors des Garrovers	Avda. Es Garrovers, 2 07141 Es Garrovers	Sra. Francisca Aguiló Serra	971796391 607804706
Associació de Persones Majors "Es Siurell"	Conde de Tendilla, 26 07141 Es Figueral	Sra. Manuela Calvo Arroyo	971794405 971604465 659418387
Associació de Persones Majors "Es Turó"	C/ Ca ses Monges, 2 07141 Pòrtol	Sra. Francisca Rigo Ramis	971797831 971602868
Associació de Persones Majors "Llebeig"	C/ Monges Agustines, 5 07141 Es Pla de na Tesa	Sra. Catalina Bis Iglesias	971600728 646596085
Associació de Persones Majors "S'Olivera"	Plaça de l'Ajuntament, 2 07141 Sa Cabaneta	Sr. Pedro Jaume Rubí	971797940 685884829
Associació de Persones Majors Cas Capità	C/ Aucanada, 1 07141 Cas Capità	Sr. José Escobar Calvo	971422436 661368499
Associació de Persones Majors de Sa Cabana	C/ Cabana, 85 07141 Sa Cabana	Sr. Juan A. Lozano Jiménez	971601226 600616036
Associació de Persones Majors des Pont d'Inca	Plaça de s'Estació, 5 07141 Es Pont d'Inca	Sr. Antoni Company Quetglas	971600283 690130678

Municipi: Marratxí

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Activitats bàsiques amb ordinador

DESCRIPCIÓ:
Formació en noves tecnologies

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones grans de totes les associacions de Marratxí

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Centre Formació Balanguera

ADREÇA:
c/Balanguera, s/n, Sa Cabana

TELÈFON: 971794643

Municipi: Marratxí

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Ús pràctic d'Internet

DESCRIPCIÓ:
Ús pràctic d'Internet (compra, navegació, gestió música, navegadors, …)

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones grans de totes les associacions de Marratxí

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Centre Formació Balanguera

ADREÇA:
c/Balanguera, s/n, Sa Cabana

TELÈFON: 971794643

Municipi: Marratxí

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Correu electrònic

DESCRIPCIÓ:
Formació en noves tecnologies

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones grans de totes les associacions de Marratxí

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Centre Formació Balanguera

ADREÇA:
c/Balanguera, s/n, Sa Cabana

TELÈFON: 971794643

Municipi: Marratxí

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Facebook

DESCRIPCIÓ:
Formació en noves tecnologies

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones grans de totes les associacions de Marratxí

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Marratxí

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Centre Formació Balanguera

ADREÇA:
c/Balanguera, s/n, Sa Cabana

TELÈFON: 971794643

Municipi: Marratxí

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones depenents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.32. Montuïri

Montuïri

Població: 2.912 habitants
634 persones de més de 64 anys[32]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[32] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Montuïri

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Montuïri

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones depenents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.33. Muro

Muro

Població: 7.085 habitants
1.353 persones de més de 64 anys[33]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[33] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Muro

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Marines

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971860357

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Marines, Muro

ADREÇA:
Avinguda de Sta. Maria Thomàs, 16

TELÈFON:
971860357

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Muro

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Muro

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o famliars cuidadors de persones depenents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.34. Palma

Palma

Població: 416.065 habitants
66.363 persones de més de 64 anys[34]

Tipologia d'activitats (es poden consultar fent doble clic sobre l'enllaç):
Activitat física
Activitat manual/artística
Alimentació
Benestar emocional
Estimulació cognitiva
Formació/educació d'adults
Intergeneracional
Noves tecnologies
Oci i temps lliure
Prevenció d'accidents
Suport al cuidador
Suport psicosocial
Voluntariat

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[34] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gerontogimnàsia

DESCRIPCIÓ:

Realització de tasques senzilles, en una sala o a l'aire lliure, per mantenir o millorar les capacitats físiques. En concret: la força, el control muscular, l'equilibri i la resistència. Afavoreix també la integració de l'esquema corporal, millora les habilitats d'autocura, incrementant l'autonomia i la qualitat de vida.

OBJECTIUS:

Mantenir i/o millorar l'autonomia de la persona gran, prevenint el deteriorament funcional i possibles situacions de dependència.

PERFIL D'USUARI:

Persones en procès d'envelliment, que estiguin interessades en mantenir o millorar el seu benestar a través de l'exercici físic.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Activitat presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Parcs de majors

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Amb valoració i inscripció prèvia a les oficines de Creu Roja.

ENLLAÇ WEB

http://www.cruzroja.es/portal/page?_pageid=563,12250415&_dad=portal30&_schema=PORTAL30&P_CENT=14305

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Salut constant: rutes saludables

DESCRIPCIÓ:
Projecte per promoure la vida independent i l'envelliment saludable col·laborant activament amb les persones perquè es mantinguin en l'entorn domiciliari el major temps possible, i de la forma més saludable possible.

OBJECTIUS:
- Retardar l'aparició de malalties cròniques a persones sanes que presenten factors de risc.
- Disminuir el risc de descompensació clínica a les persones que ja pateixen una malaltia crònica.

PERFIL D'USUARI:
PERSONES (+ 65 ANYS) AMB DIAGNÒSTIC D'HIPERTENSIÓ, amb tractament mèdic o no, que no fan un bon control de la malaltia. PERSONES (+ 65 ANYS) SENSE DIAGNÒSTIC D'HIPERTENSIÓ, però que tenen algun factor de risc associat (diabetis, hipercolesterolèmia, sobrepès, vida sedentària, hàbit tabàquic...).

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
María E. Álvarez Moreira
Tel. 971 29 50 00/ 29655
esalmo@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

TELÈFON: 971 29 50 00

LLOC ON ES DU A TERME:
- Via pública

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Una vegada s'ha determinat que la persona està interessada i que, a més, compleix amb el perfil, es fa una entrevista personal per recollir més informació i explicar-li d'una manera més extensa el programa.

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Classes de gimnàstica

DESCRIPCIÓ:
Classes grupals segons la disciplina i la intensitat. Condueix sempre un tallerista.

OBJECTIUS:

- Possibilitar un envelliment satisfactory.
- Fomentar l'autonomia personal i prevenir la dependencia.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu del cos i de la ment.
- Facilitar hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar de l'avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Classes de ioga

DESCRIPCIÓ:

Classes grupals segons la disciplina i intensitat. Condueix sempre un tallerista.

OBJECTIUS:

- Possibilitar un envelliment satisfactory.
- Fomentar l'autonomia personal i prevenir la dependencia.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu del cos i de la ment.
- Facilitar hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:

Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar de l'avinguda Argentina

ADREÇA:

Avinguda Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Classes de taitxí

DESCRIPCIÓ:
Classes grupals segons la disciplina i intensitat. Condueix sempre un tallerista.

OBJECTIUS:

- Possibilitar un envelliment satisfactori.
- Fomentar l'autonomia personal i prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu del cos i de la ment.
- Facilitar hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar de l'avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball en línia

DESCRIPCIÓ:
Classes de ball en línia, en dos nivells i amb música. Dirigit per monitor/a.

OBJECTIUS:

- Possibilitar un envelliment satisfactori.
- Fomentar l'autonomia personal i prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu del cos i de la ment.
- Facilitar hàbits saludables.
- Fomentar les relacions socials I l'esbarjo.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar de l'avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: activitat Física

RECURS/ACTIVITAT:

Activitat física

DESCRIPCIÓ:

Taller d'activitat física per a gent gran que inclou diferents exercicis adaptats a les característiques de cada un dels participants.

OBJECTIUS:

- Millorar la qualitat de vida, la salut física i emocional a través de l'exercici i l'activitat física.
- Generar grups permanents i autònoms per fer conjuntament gimnàstica i vida activa.

PERFIL D'USUARI:

Gent major, malalts crònics, persones en períodes post-ingrés hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

ENTITAT ORGANITZADORA:

Atenzia

LLOC ON ES DU A TERME:

Avd. d'Alemanya, 17

TELÈFON: 971 71 83 93

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

És un taller dirigit especialment als usuaris d'Atenzia i també està obert al públic interessat. Poden reservar places telefonant a l'oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS

https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Mou cossos - mou ossos

DESCRIPCIÓ:
Activitat de gimnàstica de manteniment.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
flassaders@a-palma.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma

CENTRE FLASSADERS

ADREÇA:
Carrer de la Ferreria, 10

TELÈFON: 971 21 40 27

LLOC WEB:
http://www.flassaders.org

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Mou-te amb la música

DESCRIPCIÓ:
Activitat física de ball

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
flassaders@a-palma.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma

CENTRE FLASSADERS

ADREÇA:
Carrer de la Ferreria, 10

TELÈFON: 971 21 40 27

LLOC WEB:
http://www.flassaders.org

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gerontogimnàstica

DESCRIPCIÓ:

Les activitats de gerontogimnàstica consisteixen en diferents taules d'exercicis adaptades per a gent gran per mantenir i afavorir-ne l'autonomia personal.

OBJECTIUS:

- Fomentar l'autonomia personal.
- Prevenir el dolor, la rigidesa i la debilitat muscular.
- Augmentar la capacitat física i l'equilibri.

PERFIL D'USUARI:

Persones residents a la Llar dels Ancians, o de la barriada de General Riera, amb autonomia personal o grau 3 de dependència.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs presencial

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar dels ancians

ADREÇA:

C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Per sol·licitud de la persona interesada o a proposta de l'equip psicosocial o mèdic de la llar.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Activitats físiques en medi aquàtic

DESCRIPCIÓ:
Les activitats físiques en medi aquàtic consisteixen en diferents taules d'exercicis adaptades per a gent gran que es fan en una piscina.

OBJECTIUS:
- Fomentar l'autonomia personal.
- Estimular la mobilitat en un mitjà on no hi ha risc de caigudes.

PERFIL D'USUARI:
Persones residents a la Llar dels Ancians, o de la barriada del general Riera, amb autonomia personal o grau 3 de dependència.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Juliol i agost

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar dels ancians

ADREÇA:
C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Per sol·licitud de la persona interesada o a proposta de l'equip psicosocial o mèdic de la llar.

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball

DESCRIPCIÓ:
És una activitat setmanal en la qual la gent que hi participa escolta música i balla alhora que es fomenten les relacions interpersonals.

OBJECTIUS:
- Millorar l'autoestima.
- Mantenir les habilitats i el contacte social.
- Millorar la capacitat de moviment.

PERFIL D'USUARI:
Persones residents a la Llar dels Ancians, amb autonomia personal o dependència moderada.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar dels ancians

ADREÇA:
C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Per sol·licitud de la persona interesada

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Petanca

DESCRIPCIÓ:

Joc de petanca, es fan competicions per grups.

OBJECTIUS:

- Mantenir les habilitats i el contacte social.
- Millorar la capacitat de moviment.
- Potenciar les relacions personals de forma saludable.
- Divertir-se.

PERFIL D'USUARI:

Persones residents a la Llar dels Ancians, amb bona mobilitat.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs presencial

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar dels ancians

ADREÇA:

C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Per sol·licitud de la persona interesada

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: natació

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal de natació

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Jonquet

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971457911
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Jonquet

ADREÇA:
C/de l'Almadrava, 10, baixos

TELÈFON: 971457911

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Jonquet

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: gimnàstica

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal de gimnàstica

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Jonquet

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971457911
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Jonquet

ADREÇA:
C/Almadrava, 10, baixos

TELÈFON: 971457911

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ésser usuari del Casal Jonquet

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: gimnàstica

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal de gimnàstica

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Can Ribes

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971909021
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Can Ribes

ADREÇA:
C/de les Ànimes, 2

TELÈFON: 971909021

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ésser usuari del Casal Can Ribes

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: gimnàstica

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal de gimnàstica

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Ciutat Antiga

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Natalia Reinares Gagneten
Tel. 971729427
nreinares2@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Ciutat Antiga

ADREÇA:
C/dels Botons, 3

TELÈFON: 971729427

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ésser usuari del Casal Ciutat Antiga

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: taitxí

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal de taitxí

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Jonquet

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971457911
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Jonquet

ADREÇA:
C/de l'Almadrava, 10, baixos

TELÈFON: 971457911

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ésser usuari del Casal Jonquet

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Psicomotricitat

DESCRIPCIÓ:

Activitat per treballar l'orientació temporal i espacial, la coordinació gruixuda, l'atenció, la memòria, el ritme i el moviment corporal.

OBJECTIUS:

- Perseguir el moviment del cos de forma natural, divertida, rítmica i compartida.
- Treballar les capacitats cognitives i emocionals dels usuaris.

PERFIL D'USUARI:

Pacient geriàtric de més de 65 anys que és valorat per metge geriatra. Pot tenir diferents patologies cròniques.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Activitat presencial

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:

Hospital Sant Joan de Déu

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Mariana Simonet
Tel. 971 704 599
hsjdpalma@ohsjd.es

LLOC ON ES DU A TERME:

Hospital de dia de l'Hospital Sant Joan de Déu

ADREÇA:

C/de Sant Joan de Déu

TELÈFON: 971 704 588

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Mitjançant complementació d'informe de derivació de l'ESAD, tenir un barthel major de 40 i Pheiffer menor de 5. Acudir a fer una valoració amb metge geriatra.

LLOC WEB: hsjdpalma.es

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ajuts i bonificacions municipals

DESCRIPCIÓ:
Abonaments i descomptes per activitats esportives i/o per usar les instal·lacions de l'Institut Municipal de l'Esport.

PERFIL D'USUARI:
Persones de 65 anys o més empadronades al municipi.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
ime@a-palma.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma

LLOC ON ES DU A TERME:
Instalacions de l'Institut Municipal d'Esports

ADREÇA:
Camí de la Vileta

TELÈFON: 971281870

LLOC WEB:
http://ime.palmademallorca.es/portal/PALMA/ime/contenedor1.jsp?seccion=s_fdes_d4_v1.jsp&codbusqueda=1455&language=ca&codResi=1&layout=contenedor1.jsp&codAdirecto=884

http://ime.palmademallorca.es/portal/PALMA/ime/RecursosWeb/DOCUMENTOS/1/0_69468_1.pdf

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica

DESCRIPCIÓ:

- Gimnàstica de manteniment
- Taller de Pilates

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Federació de Jubilats i Pensionistes de la CAIB/Associació Sociocultural de Pensionistes i Jubilats de la Vileta-Son Serra

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Rafael Verger i Joan Huguet
Tel. 971793335
pensionistasvileta@gmail.com

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

LLOC ON ES DU A TERME:
Local de l'Associació

ADREÇA:
C/ Oblates, nº 2-1º

TELÈFON: 971793335

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball

DESCRIPCIÓ:

- Ball en línia
- Ball de bot
- Sevillanes
- Ball de saló
- Country
- Zumba

ENTITAT ORGANITZADORA:
Federació de Jubilats i Pensionistes de la CAIB/Associació Sociocultural de Pensionistes i Jubilats de la Vileta-Son Serra

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Rafael Verger i Joan Huguet
Tel. 971793335
pensionistasvileta@gmail.com

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

LLOC ON ES DU A TERME:
Local de l'Associació

ADREÇA:
C/ Oblates, nº 2-1º

TELÈFON: 971793335

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Sessions de Reiki

DESCRIPCIÓ:
Sessions individuals de Reiki impartides pels voluntaris l'associació de voluntaris de reiki de Mallorca. Un tractament són 4 sessions.

OBJECTIUS:

- Millorar el benestar físic i psíquic de les persones.
- Potenciar l'autoestima.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DURADA: Curs escolar

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Cites concertades per agenda, cada divendres

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma
Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Senderisme

DESCRIPCIÓ:

Activitat física apropiada per gent gran, fent recorreguts apropiats, en el mateix temps de que es disfruta de la natura en grup.

OBJECTIUS:

- Afavorir el manteniment actiu del cos i de la ment.
- Conéixer indrets del nostre entorn i recorreguts.
- Fomentar l´autonomia personal i la prevenció de la dependència.
- Facilitar hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Activitat puntual

DURADA: Mensual

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Insripció mensual

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar Reina Sofia

ADREÇA:

Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma
Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball en línia

DESCRIPCIÓ:
Activitat per millorar l'agilitat i la flexibilitat, potenciar l´autoestima i la confiança amb un mateix.

OBJECTIUS:

- Potenciar la sociabilitat i el benestar.
- Millorar l´estat físic com també el psicològic.
- Proporcionar més autonomia.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Insripció en desembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Reina Sofia

ADREÇA:
Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ball de bot

DESCRIPCIÓ:
Realització d´activitat física per conèixer el ball típic de Mallorca.

OBJECTIUS:

- Impulsar la participació activa en aquest ball.
- Aconseguir que el taller de ball de bot faciliti les relacions socials entre les persones.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció en desembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Reina Sofia

ADREÇA:
Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica

DESCRIPCIÓ:
Sessions d´activitat física per millorar la flexibilitat i l´agilitat.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia
- Facilitar hàbits saludables.
- Retardar les conseqüències de l´envelliment.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció en desembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Reina Sofia

ADREÇA:
Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Petanca

DESCRIPCIÓ:
Esport que es practica a les pistes de la barriada.

OBJECTIUS:

- Potenciar la capacitat comunicativa.
- Fomentar el diàleg.
- Augmentar el contacte amb persones externes del Centre.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció en desembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Reina Sofia

ADREÇA:
Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Arquitecte Bennàssar

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable d'infermeria
Tel. 971753133

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona Bàsica CS Arquitecte Bennàssar

ADREÇA:
C/de l'arquitecte Bennàssar, 9

TELÈFON:
971753133

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Camp Redó

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable d'infemeria
Tel. 971205551

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona Bàsica CS Camp Redó

ADREÇA:
Ctra. de Valldemossa, 61

TELÈFON:
971205551

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Casa del Mar

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable d'infermeria
Tel. 971725445

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
C.S. Casa del Mar, Palma

ADREÇA:
Passeig de s'Escollera, 7

TELÈFON:
Tel. 971725445

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Son Cladera

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable d'infermeria
Tel. 971471064

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Son Cladera, Palma

ADREÇA:
Camí de Son Cladera, 6

TELÈFON:
971471064

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Coll d'en Rebassa

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribuexien a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971266115

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Coll d'en Rebassa

ADREÇA:
C/ de Vicente Tofiño, 34

TELÈFON:
971266115

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Unitat Bàsica del Terreno

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribuexien a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971456937

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
UB El Terreno

ADREÇA:
C/ Passeig Gomila, 4

TELÈFON:
971456937

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Emili Darder

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribuexien a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971744142

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Emili Darder

ADREÇA:
Avda. de Puerto Rico, S/N

TELÈFON:
971420080

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Escola Graduada

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribuexien a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971717047

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Escola Graduada

ADREÇA:
C/ dels Socors, 36-38

TELÈFON:
971420080

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/alimentació saludable/benestar emocional/prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de promoció d'una vida activa

DESCRIPCIÓ:
Taller amb activitats sobre alimentació, benestar emocional, beneficis de l'activitat física i prevenció d'accidents a la llar.

DURADA: 5 setmanes

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma (Centre Flassaders) i Centre de Salut Escola Graduada

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971717047

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Escola Graduada

ADREÇA:
C/ dels Socors, 36-38

TELÈFON: 971717047

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Pere Garau

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar, els divendres a les 9.30h

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971420645

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Pere Garau

ADREÇA:
C/ de Joan Bauçà, 50

TELÈFON:
971420645

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Platja de Palma

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971268023

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Can Pastilla

ADREÇA:
C/ de la Singladura, 10

TELÈFON:
971268023

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut Rafal Nou

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971475352

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Rafal Nou

ADREÇA:
C/ de mestre Perosi, 7

TELÈFON:
971475352

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut Sant Agustí

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971703233

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Sant Agustí

ADREÇA:
C/ de Nicolau Alemany, 1

TELÈFON:
971703233

Municipi: Palma

Tipologia: Activitat física/Benestar Emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut Santa Catalina

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971450450

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Santa Catalina

ADREÇA:
Pça. de Pau Casals, s/n

TELÈFON:
971450450

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut S'Escorxador

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971202113

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS S'Escorxador

ADREÇA:
C/ de l'emperadriu Eugènia, cantonada Ctra. de Valldemossa

TELÈFON:
971202113

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut Son Cladera

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Anual, els dimarts horabaixa i els divendres dematí

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971471064

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Son Cladera

ADREÇA:
Camí de Son Cladera, 6

TELÈFON:
971471064

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut Son Gotleu

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971271613

RUTAS SALUDABLES

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Son Gotleu

ADREÇA:
Camí de Son Gotleu, 83

TELÈFON:
971271613

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut Son Pisà

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971284012

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Son Pisà

ADREÇA:
C/ de Vicenç Joan Rosselló Ribas, 65

TELÈFON:
971284012

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut Son Rutllan

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971706900

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Son Rutllan

ADREÇA:
Passatge de Cala Figuera, 4

TELÈFON:
971706900

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Unitat Bàsica Son Sardina

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971439231

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
UB Son Sardina, Palma

ADREÇA:
C/ de Ribas 29

TELÈFON:
971439231

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut Son Serra – La Vileta

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971793193

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Son Serra –La Vileta

ADREÇA:
Travessa de Matamusins, 22

TELÈFON:
971793193

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Unitat Bàsica de S'Indioteria

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable d'Infermeria
Tel. 971436846

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
UB S'Indioteria, Palma

ADREÇA:
C/ Gabriel Cortès, 14

TELÈFON:
971436846

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut Valldargent

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Anual, els dimarts horabaixa i els divendres dematí

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971738227

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Valldargent

ADREÇA:
C/ de Valldargent, 46

TELÈFON:
971738227

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Unitat Bàsica El Terreno

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971456937

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
UB El Terreno

ADREÇA:
Plaça Gomila, 4

TELÈFON:
971456937

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Nordic Walking Saludable

DESCRIPCIÓ:

Les activitats d'aquesta iniciativa són: Primer els tècnics del grup de Nordic es reuneixen amb els professionals del Centre de Salut i les donen una sessió explicativa de l'activitat, beneficis del Nordic Walking etc. Després fixen una data per fer-la. Els professionals del Centre de Salut s'encarreguen de donar difusió d'aquesta activitat i de captar a pacients per dur-la a terme. El dia assenyalat queden al Centre de Salut, donen als participants indicacions de com utilitzar els bastons i fan el recorregut amb ells de la ruta saludable.

DURADA: Un dissabte

ENTITAT ORGANITZADORA:

Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB

https://ime.palma.cat/portal/PALMA/ime/contenedor1.jsp?seccion=s_fact_d4_v1.jsp&contenido=98691&tipo=2&nivel=1400&layout=contenedor1.jsp&language=es

XARXES SOCIALS

#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Responsables d'infermeria de les rutes saludables de cada Centre de Salut

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

- Centres de Salut: Emili Darder, Escorxador, Son Pisà, Sant Agustí, Son Serra La Vileta, Son Sardina, Camp Redó, Escola Graduada, Coll d'en Rabassa, Son Rutlan, Es Rafal Nou, Can Pastilla, Santa Catalina, Valldargent, Pere Garau i Son Gotleu
- IME

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/ benestar emocional/intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Actius XL

OBJECTIUS:

- Oferir un espai de trobada i relació.
- Potenciar la participació en activitats d'oci i també intergeneracional.
- Prevenir processos deteriorament cognitiu.
- Millorar les habilitats personals i de relació amb els altres.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
https://prezi.com/ihsdi0pdoyea/presentacio-actius-xl/

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971420697

PERFIL D'USUARI:
Persones> 65 anys amb domicili a Son Gotleu, Can Capses, Son Forteza sud, Pere Garau, Son Canals i Hostalets, amb capacitat físiques i psíquiques per desplaçar-se i relacionar-se.

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Persones majors del sector serveis socials municipals Llevant nord 2007

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Son Gotleu

ADREÇA:
Camí de Son Gotleu, 83

TELÈFON:
971271613

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Gimnàstica i Memòria

DESCRIPCIÓ:
Realització d'activitats de prevenció del deteriorament físic i psíquic per fomentar l'autonomia.

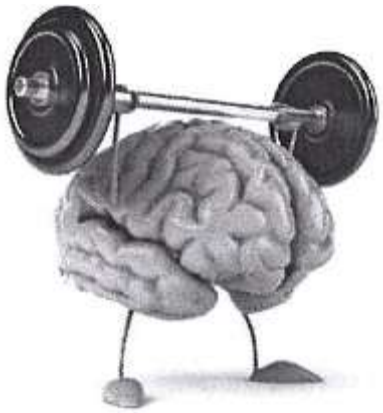
OBJECTIUS:
-Proporcionar més autonomia
-Prevenir el deteriorament físic
-Retardar el deteriorament cognitiu

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA:
Curs escolar

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys o majors de 55 amb una discapacitat.

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
-Directament
-A través del centre de salut del territori
-Derivació per part del treballador social



ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma
Àrea de Benestar i Drets Socials
CMSSB Est

LLOC ACTIVITAT:/ INFORMACIÓ RECURS:
Local Ajuntament de Palma

ADREÇA:
C/ Camí Nou, 9, Son Cladera

TELÈFON:
971738227

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Encarna Román. Tel. 971706190
eroman@palma.es
Tania Mellado. Tel. 971706190
tmellado@palma.es

Municipi: Palma

Tipologia: activitat física/prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Sans i actius

DESCRIPCIÓ:
Activitat conjunta entre el CS Valldergent i serveis socials Mestral. Cada taller consta de 18 sessions: 6 xerrades pràctiques i 12 d'exercici.

OBJECTIUS:
Implantar un programa d'EPS dirigit a persones adultes amb patologies cróniques per promoure l'hàbit de l'exercici físic.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

PERFIL D'USUARI:
Persones adultes amb patologia crónica que siguin independents per a les activitats de la vida diària, del barri del Camp d'en Serralta.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971738227

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca
Serveis Socials Municipals Mestral
Institut Municipal d'Esport

LLOC ACTIVITAT:/ INFORMACIÓ RECURS:
Casal Son Espanyolet

ADREÇA:
C/ de Valldargent, 46

TELÈFON:
971738227

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: coral

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal de coral

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Jonquet

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971457911
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Jonquet

ADREÇA:
C/de l'Almadrava, 10, baixos

TELÈFON: 971457911

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Jonquet

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: coral

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal de coral

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Can Ribes

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971909021
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Can Ribes

ADREÇA:
C/de les Ànimes, 2

TELÈFON: 971909021

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Can Ribes

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: coral

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal de coral

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Botons

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Natalia Reinares Gagneten
Tel. 971729427
nreinares2@intress.org

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Ciutat Antiga

ADREÇA:
C/dels Botons, 3

TELÈFON: 971729427

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Ciutat Antiga

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Manualitats

DESCRIPCIÓ:
Taller de manualitats

OBJECTIUS:

- Estimular la psicomotricitat fina.
- Oferir activitats que promocionin el contacte social als usuaris de teleassistència.
- Fomentar la cohesió social entre els usuaris de teleassistència.
- Donar a conèixer la cultura i tradicions de Mallorca.

PERFIL D'USUARI:
Gent major, malalts crònics, persones en períodes post-ingrés hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Atenzia

LLOC ON ES DU A TERME:
Avd. d'Alemanya, 17

TELÈFON: 971 71 83 93

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
És un taller dirigit especialment als usuaris d'Atenzia i també està obert al públic interessat. Poden reservar places telefonant a l'oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS
https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: manualitats

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal de manualitats

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Jonquet

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971457911
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Jonquet

ADREÇA:
C/de l'Almadrava, 10, baixos

TELÈFON: 971457911

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Jonquet

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: manualitats

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal de manualitats

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Can Ribes

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971909021
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Can Ribes

ADREÇA:
C/de les Ànimes, 2

TELÈFON: 971909021

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Can Ribes

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: manualitats

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal de manualitats

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Ciutat Antiga

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Natalia Reinares Gagneten
Tel. 971729427
nreinares2@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Ciutat Antiga

ADREÇA:
C/dels Botons, 3

TELÈFON: 971729427

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Ciutat Antiga

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de confecció

DESCRIPCIÓ:
Classes grupals de totes les activitats manuals i artístiques. Dirigit per monitor/a.

OBJECTIUS:

- Possibilitar a través de l'activitat manual relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes specific.
- Mantenir habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de macramé

DESCRIPCIÓ:
Classes grupals de totes les activitats manuals i artístiques. Dirigit per monitor/a.

OBJECTIUS:

- Possibilitar a través de l'activitat manual relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes specific.
- Mantenir habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Insripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de pintura damunt tela

DESCRIPCIÓ:
Classes grupals de totes les activitats manuals i artístiques. Dirigit per monitor/a.

OBJECTIUS:

- Possibilitar a través de l'activitat manual relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes specific.
- Mantenir habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de bolillos

DESCRIPCIÓ:
Classes grupals de totes les activitats manuals i artístiques. Dirigit per monitor/a.

OBJECTIUS:

- Possibilitar a través de l'activitat manual relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes específic
- Mantenir habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de punt mallorquí

DESCRIPCIÓ:

Classes en grup de totes les activitats manuals i artístiques. Dirigit per monitor/a.

OBJECTIUS:

- Possibilitar, a través de l'activitat manual, relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes específic.
- Mantenir les habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:

Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de manualitats

DESCRIPCIÓ:

Classes en grups de totes les activitats manuals i artístiques. Dirigit per monitor/a.

OBJECTIUS:

- Possibilitar, a través de l'activitat manual, relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes específic.
- Mantenir les habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:

Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de pintura a l'oli

DESCRIPCIÓ:

Classes en grup de totes les activitats manuals i artístiques. Dirigit per monitor/a.

OBJECTIUS:

- Possibilitar, a través de l'activitat manual, relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes específic.
- Mantenir les habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:

Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de dibuix

DESCRIPCIÓ:

Classes en grup de totes les activitats manuals i artístiques. Dirigit per monitor/a.

OBJECTIUS:

- Possibilitar, a través de l'activitat manual, relacions comunicatives entre el grup.
- Promoure el desenvolupament de la capacitat creativa i artística.
- Proporcionar il·lusió a través de l'activitat manual.
- Aconseguir un resultat on l'estètica i la funcionalitat del producte tingui pes específic.
- Mantenir les habilitats manuals.
- Facilitar les relacions personals i el treball en equip.

PERFIL D'USUARI:

Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de coral

DESCRIPCIÓ:

Taller de coral amb assajos i representacions davant els socis i sòcies de la llar del repertori escollit pel director de la coral.

OBJECTIUS:

- Animar les persones majors a través de la música.
- Potenciar el moviment entre les persones majors dinamitzant el lleure i fomentant activitats alternatives a les quotidianes.
- Potenciar l'autoestima, afavorir el manteniment actiu del cos i de la ment.

PERFIL D'USUARI:

Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Insripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:

Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de coral

DESCRIPCIÓ:
La directora de la Coral ensenya a modular la veu com els instruments a corda per després cantar les cançons.

OBJECTIUS:
- Fomentar la capacitat artística
- Millorar l'autoestima

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al desembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Reina Sofia

ADREÇA:
Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Macetes

DESCRIPCIÓ:
Treball manual molt beneficiós per la ment. Consisteix en entreteixir fils que estan enrotllats a les bobines. El teixit se subjecta mitjançant les agulles clavades a un petit coixinet.

OBJECTIUS:
- Potenciar la creativitat i la imaginació
- Fomentar la participació i l´interacció dintre del grup
- Desenvolupar la psicomotricitat manual
- Compartir experiències amb altres

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al desembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Reina Sofia

ADREÇA:
Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Pintura i dibuix

DESCRIPCIÓ:

Espai on es pot desenvolupar la creativitat mitjançant tècniques variades.

OBJECTIUS:

- Estimular la psicomotricitat fina.
- Desenvolupar la capacitat de creació i expressió artística.
- Fomentar la cohesió social entre els usuaris.
- Millorar l´autoestima.
- Potenciar la concentració.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Insripció al desembre

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar Reina Sofia

ADREÇA:

Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Ceràmica

DESCRIPCIÓ:
Construcció de peces amb diferents tècniques com a xurros i/o tires. Decoració i esmalt de les mateixes.

OBJECTIUS:

- Estimular l´àrea cognitiva.
- Augmentar l´autoestima.
- Generar un espai on puguin aprendre i expressar-se.
- Desenvolupar la capacitat d´observació.
- Exercitar la imaginació.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Insripció al desembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Reina Sofia

ADREÇA:
Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Ceràmica

DESCRIPCIÓ:
Taller enfocat a l'estimulació creativa i a la millora de la psicomotricitat amb l'elaboració de peces de fang.

OBJECTIUS:

- Estimular la coordinació, la creativitat i els valors com el companyerisme.
- Mantenir habilitats cognitives i manipulatives.

PERFIL D'USUARI:
Persones residents a la Llar dels Ancians

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar dels ancians

ADREÇA:
C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Per sol·licitud de la persona interesada, o per recomanació de l'equip tècnic.

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de manualitats

DESCRIPCIÓ:

Activitats orientades a una època o festivitat relacionades amb les diferents èpoques o festivitats de l'any mitjançant l'ús de material reutilitzable i material fungible. Realitzant murals, objectes decoratius, ornamentals, material per a teràpia…

OBJECTIUS:

- Treballar la motricitat fina, la creativitat i les relacions socials.
- Fomentar l'organització.
- Desenvolupar l'orientació espaial i temporal.
- Proporcionar i donar a conèixer activitats recreatives.

PERFIL D'USUARI:

Pacient geriàtric de més de 65 anys que és valorat per metge geriatre. Pot tenir diferents patologies cròniques.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:

Hospital Sant Joan de Déu

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Mariana Simonet
Tel. 971 704 599
hsjdpalma@ohsjd.es

LLOC ON ES DU A TERME:

Hospital de dia de l'Hospital Sant Joan de Déu

ADREÇA:

C/de Sant Joan de Déu

TELÈFON: 971 704 588

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Mitjançant complementació d'informe de derivació de l'ESAD, tenir un barthel major de 40 i Pheiffer menor de 5. Acudir a fer una valoració amb metge geriatre.

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Activitats artístiques i manuals

DESCRIPCIÓ:

- Taller de pintura
- Taller de musicoteràpia
- Taller de manualitats
- Macetes

ENTITAT ORGANITZADORA:
Federació de Jubilats i Pensionistes de la CAIB/Associació Sociocultural de Pensionistes i Jubilats de la Vileta-Son Serra

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Rafael Verger i Joan Huguet
Tel. 971793335
pensionistasvileta@gmail.com

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

LLOC ON ES DU A TERME:
Local de l'Associació

ADREÇA:
C/ Oblates, nº 2-1º

TELÈFON: 971793335

Municipi: Palma

Tipologia: alimentació saludable

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de cuina per a gent gran

DESCRIPCIÓ:
Taller de cuina saludable

MODALITAT D'IMPARTICIÓ: Taller

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Coll d'en Rebassa

ADREÇA:
C/ de Vicente Tofiño, 34

TELÈFON:
971266115

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971266115

Tipologia: alimentació saludable

RECURS/ACTIVITAT:

Alimentació saludable

DESCRIPCIÓ:
Xerrada sobre alimentació saludable.

DURADA: Puntual

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971284012

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Conferència presencial

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Son Pisà

ADREÇA:
C/ de Vicenç Joan Rosselló Ribas, 65

TELÈFON:
971284012

Municipi: Palma

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de cuina saludable

DESCRIPCIÓ:

Amb aquest taller els participants poden aprendre receptes saludables, noves i modernes.

OBJECTIUS:

- Promoure hàbits d'alimentació saludable.
- Oferir espais i situacions de contacte social.
- Dinamitzar el col·lectiu de tercera edat, dissenyant tota una oferta lúdica i cultural propera als seus interessos.

PERFIL D'USUARI:

Gent major, malalts crònics, persones en períodes post-ingrés hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

ENTITAT ORGANITZADORA:

Atenzia

LLOC ON ES DU A TERME:

Avd. d'Alemanya, 17

TELÈFON: 971 71 83 93

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Taller dirigit especialment als usuaris d'Atenzia i també obert al públic interessat. Poden reservar places telefonant a l'oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS

https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

Municipi: Palma

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Taller d'alimentació i nutrició

DESCRIPCIÓ:

Sessió explicativa sobre l'alimentació a l'envelliment i les necessitats nutricionals d'aquesta etapa de la vida.

OBJECTIUS:

- Donar a conèixer la importància d'una bona alimentació per un envelliment saludable.
- Donar suport i orientació per seguir una alimentació adequada a la seva edat.
- Donar a conèixer diferents opcions per a la ingesta d'aliments, ja que tenen un canvi fisiològic.

PERFIL D'USUARI:

Pacient geriàtric de més de 65 anys que és valorat per metge geriatre. Pot tenir diferents patologies cròniques.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Trimestral

ENTITAT ORGANTIZADORA:

Hospital Sant Joan de Déu

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Mariana Simonet
Tel. 971 704 599
hsjdpalma@ohsjd.es

LLOC ON ES DU A TERME:

Hospital de dia de l'Hospital Sant Joan de Déu

ADREÇA:

C/ de Sant Joan de Déu

TELÈFON: 971 704 588

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Mitjançant complementació d'informe de derivació de l'ESAD, tenir un barthel major de 40 i Pheiffer menor de 5. Acudir a fer una valoració amb metge geriatre.

LLOC WEB: hsjdpalma.es

Municipi: Palma

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de cuina

DESCRIPCIÓ:

Confecció d'una llista de receptes aportades pels pacients per després poder-les fer, adaptades a una temporada-festivitat.

OBJECTIUS:

- Treballar les activitats instrumentals de la vida diària.
- Treballar la motricitat fina.
- Treballar les funcions executives.
- Fomentar el treball en equip i les relacions socials.

PERFIL D'USUARI:

Pacient geriàtric de més de 65 anys que és valorat per metge geriatre. Pot tenir diferents patologies cròniques.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Mensual

ENTITAT ORGANTIZADORA:

Hospital Sant Joan de Déu

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Mariana Simonet
Tel. 971 704 599
hsjdpalma@ohsjd.es

LLOC ON ES DU A TERME:

Hospital de dia de l'Hospital Sant Joan de Déu

ADREÇA:

C/de Sant Joan de Déu

TELÈFON: 971 704 588

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Mitjançant complementació d'informe de derivació de l'ESAD, tenir un barthel major de 40 i Pheiffer menor de 5. Acudir a fer una valoració amb metge geriatre.

LLOC WEB: hsjdpalma.es

Municipi: Palma

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Servei de menjador

DESCRIPCIÓ:
Servei de menjador per a persones grans autònomes que pateixen solitud o risc social

OBJECTIUS:
- Cobrir les necessitats d'alimentació.
- Fomentar habits saludables d'alimentació.
- Fomentar bones pràctiques a la taula.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Jonquet i/o derivades per treballadors socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971457911
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Jonquet

ADREÇA:
C/de l'Almadrava, 10, baixos

TELÈFON: 971457911

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Jonquet

Municipi: Palma

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Servei de menjador

DESCRIPCIÓ:
Servei de menjador per a persones grans autònomes que pateixen solitud o risc social

OBJECTIUS:
- Cobrir les necessitats d'alimentació.
- Fomentar habits saludables d'alimentació.
- Fomentar bones pràctiques a la taula.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Can Ribes i/o derivades per treballadors socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971909021
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Can Ribes

ADREÇA:
C/de les Ànimes, 2

TELÈFON: 971909021

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Can Ribes

Municipi: Palma

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Servei de menjador

DESCRIPCIÓ:
Servei de menjador per a persones grans autònomes que pateixen solitud o risc social

OBJECTIUS:
- Cobrir les necessitats d'alimentació.
- Fomentar habits saludables d'alimentació.
- Fomentar bones pràctiques a la taula.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Ciutat Antiga i/o derivades per treballadors socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Natalia Reinares Gagneten
Tel. 971729427
nreinares2@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Ciutat Antiga

ADREÇA:
C/dels Botons, 3

TELÈFON: 971729427

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Ciutat Antiga

Municipi: Palma

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Berenars

DESCRIPCIÓ:

Berenars oferits al centre en consonància amb l'època de l'any, les tradicions gastronòmiques i culturals. S'ofereix amb actuacions musicals, majoritàriament, i sortejos.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai d' oci, diversió i entreteniment.
- Potenciar les relacions interpersonals a través de l'activitat esmentada.
- Fomentar la participació dels socis a la vida diària de la Llar.

PERFIL D'USUARI:

Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Mensual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Insripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Salut constant: tallers

DESCRIPCIÓ:
Activitats de prevenció i sensibilització per adquirir o mantenir: Hàbits saludables (alimentació, pes, factors de risc, beneficis de l'activitat esportiva, control de mesures...); Capacitació (alimentació, pes, factors de risc, beneficis de l'activitat física, prevenció, presa de mesures, tallers de nutrició...); Activitats saludables (activitat física, berenars saludables...); Desenvolupament personal (aficions, autoestima, seguretat, maneig de l'estrès...).

OBJECTIUS:
- Afavorir la cura personal de la pròpia salut.
- Adquirir o mantenir hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:
Usuaris del projecte

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
María E. Álvarez Moreira
Tel. 971 29 50 00/ 29655
esalmo@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

TELÈFON: 971 29 50 00

LLOC ON ES DU A TERME:
Domicili o assemblea de Creu Roja (C/ de l'arquitecte Bennàssar, 73)

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Respondre una enquesta de cribatge.
Signatura del formulari d'informació i consentiment informat.
Cal aportar fotocòpia del DNI i informe de salut.

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Palma

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de desenvolupament personal i cicle vital

DESCRIPCIÓ:
Conjunt de coneixements, tècniques i habilitats psicoemocionals. Es treballen temàtiques com: les motivacions, el control sobre la pròpia vida, planificar i gestionar el temps, prendre decisions, pensar en positiu, les relacions, donar-se permís.

OBJECTIUS:
- Promocionar els valors de dignitat i autonomia al llarg del procés d'envelliment.
- Promoure el coneixement i l'aplicació d'estratègies per contribuir al creixement i desenvolupament personal.
- Afavorir la reflexió sobre èxits amb significat i valor per al desenvolupament del projecte de vida de les persones.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Trimestral

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

LLOC ON ES DU A TERME
Llars de la tercera edat (Associació Gent Gran Es Fortí, Avinguda Argentina, Reina Sofia, Llar d'ancians i Pensionistes).

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres en conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Palma

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de risoteràpia

DESCRIPCIÓ:
Tallers grupals de risoteràpia amb expressió corporal. Condueix un tallerista.

OBJECTIUS:

- Millorar el benestar emocional de les persones.
- Evitar l'aïllament social i afavorir les relacions socials.
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment i del cos.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de coaching

DESCRIPCIÓ:

Taller de coaching per a persones grans dirigit per una coach.

OBJECTIUS:

- Millorar el benestar emocional de les persones.
- Evitar l'aïllament social i afavorir les relacions socials.
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:

Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Inscripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:

Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Reiki

DESCRIPCIÓ:
Teràpia de suport a tractaments mèdics, els quals es duen a terme mitjançant sessions individuals de 30 minuts.

OBJECTIUS:
- Alleujar el dolor
- Activar el sistema immunològic
- Modificar patrons de conducta
- Afavorir la creativitat i les ganes de viure
- Alliberar tensions físiques i mentals

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al desembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Reina Sofia

ADREÇA:
Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de higiene de la son

DESCRIPCIÓ:

El taller ofereix una guia amb les pautes que fomenten una bona higiene de la son, ressaltant la importància d'adquirir hàbits saludables i una rutina apropiada abans d'anar a dormir.

OBJECTIUS:

- Millorar la qualitat de la son afavorint l'adopció d'hàbits saludables.
- Generar un espai de comunicació, primera intervenció i derivació per una adeqüada intervenció davant casos de patologia de la son que es puguin detectar.

PERFIL D'USUARI:

Gent major, malalts crònics, persones en períodes post-ingrés hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

ENTITAT ORGANITZADORA:
Atenzia

LLOC ON ES DU A TERME:
Avd. d'Alemanya, 17

TELÈFON: 971 71 83 93

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Taller dirigit especialment als usuaris d'Atenzia i també obert al públic interessat. Poden reservar places telefonant a la oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS

https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

Municipi: Palma

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de risoteràpia

DESCRIPCIÓ:
Taller que a través de la rialla treballa el benestar emocional i físic.

OBJECTIUS:

- Incidir en l'estat d'ànim i el benestar físic a través de tècniques que provoquen la rialla.
- Activar les relacións socials.
- Fomentar la cohesió social entre els usuaris .

PERFIL D'USUARI:
Gent major, malalts crònics, persones en períodes post-ingrès hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

ENTITAT ORGANITZADORA:
Atenzia

LLOC ON ES DU A TERME:
Avd. d'Alemanya, 17

TELÈFON: 971 71 83 93

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Taller dirigit especialment als usuaris d'Atenzia i també obert al públic interessat. Poden reservar places telefonant a la oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS
https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

Municipi: Palma

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Projecte de la Capella

DESCRIPCIÓ:
Els aspectes espirituals són molt presents en la vida dels nostres residents vista l'educació rebuda. Consideram per als residents poder tenir cura del servei espiritual de la llar, el suposa un fet molt important i és beneficiós per a tothom.

OBJECTIUS:
Donar una bona qualitat dels serveis espirituals a tota la llar.

PERFIL D'USUARI:
Persones residents a la Llar dels Ancians que tinguin interès en participar en el projecte.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar dels Ancians

ADREÇA:
C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
De manera voluntària, acudint a la capella els dies de serveis religiosos.

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: benestar emocional/intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de patchwork

DESCRIPCIÓ:
Taller de tècnica de patchwork

MODALITAT D'IMPARTICIÓ: Taller

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Coll d'en Rebassa

ADREÇA:
C/ de Vicente Tofiño, 34

TELÈFON:
971266115

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971266115

Municipi: Palma

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Salut constant: tallers

DESCRIPCIÓ:
Activitats de prevenció i sensibilització per adquirir o mantenir: Hàbits saludables (alimentació, pes, factors de risc, beneficis de l'activitat esportiva, control de mesures...); Capacitació (alimentació, pes, factors de risc, beneficis de l'activitat física, prevenció, presa de mesures, tallers de nutrició...); Activitats saludables (activitat física, berenars saludables...); Desenvolupament personal (aficions, autoestima, seguretat, maneig de l'estrès....)

OBJECTIUS:
- Afavorir la cura personal de la salut.
- Adquirir o mantenir hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:
Usuaris del projecte

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
María E. Álvarez Moreira
Tel. 971 29 50 00/ 29655
esalmo@cruzroja.es

TELÈFON: 971 29 50 00

LLOC ON ES DU A TERME:
Domicili o assemblea de Creu Roja (C/ de l'arquitecte Bennàssar, 73)

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Respondre l'enquesta de cribatge.
Signatura del formulari d'informació i consentiment informat.
Cal aportar fotocòpia del DNI i informe de salut.

Municipi: Palma

Tipologia: benestar emocional/oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Aula 65

DESCRIPCIÓ:

Espai gratuït de trobades, informació, aprenentatge i oci (xerrades preventives, cinefòrums, visites culturals, trobades intergeneracionals, excursions…).

OBJECTIUS:

- Proporcionar, a les persones en procès d'envelliment, un espai de confiança, on pugin cercar informació, rebre orientació, expressar opinions, trobar suport emocional i relacionar-se amb persones de la seva edat o més joves.

PERFIL D'USUARI:

Persones que vulguin gaudir d'un envellliment actiu i saludable, en companyia d'altres persones.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Conferències i tallers

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Associacions de tercera edat

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Lliure i gratuït , amb entrevista personal prèvia.

ENLLAÇ WEB

http://www.cruzroja.es/portal/page?_pageid=563,12250415&_dad=portal30&_schema=PORTAL30&P_CENT=14305

Municipi: Palma

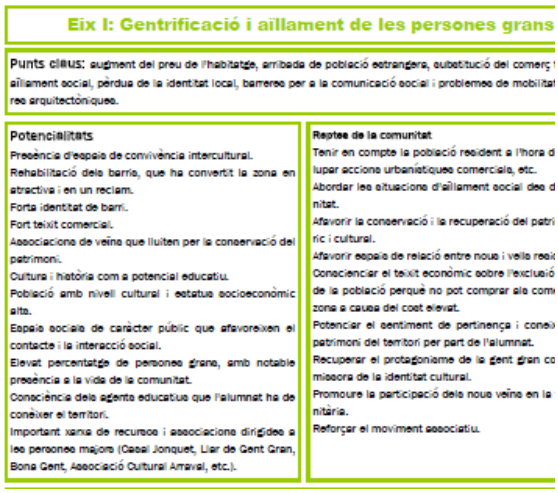
Tipologia: benestar emocional/oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Projecte d'Intervenció Comunitària Intercultural

DESCRIPCIÓ:

Projecte d'Intervenció Comunitària Intercultural



Eix I: Gentrificació i aïllament de les persones grans

Punts clau: augment del preu de l'habitatge, arribada de població estrangera, substitució del comerç ! aïllament social, pèrdua de la identitat local, barreres per a la comunicació social i problemes de mobilitat reo arquitectònics.

Potencialitats

Presència d'espais de convivència intercultural.
Rehabilitació dels barris, que ha convertit la zona en atractiva i en un reclam.
Forta identitat de barri.
Fort teixit comercial.
Associacions de veïns que lluiten per la conservació del patrimoni.
Cultura i història com a potencial educatiu.
Població amb nivell cultural i estatus socioeconòmic alts.
Espais socials de caràcter públic que afavoreixen el contacte i la interacció social.
Elevat percentatge de persones grans, amb notable presència a la vida de la comunitat.
Consciència dels agents educatius que l'alumnat ha de conèixer el territori.
Important xarxa de recursos i associacions dirigides a les persones majors (Casal Jonquet, Llar de Gent Gran, Bona Gent, Associació Cultural Amaval, etc.).

Reptes de la comunitat

Tenir en compte la població resident a l'hora d lupar accions urbanístiques comercials, etc.
Abordar les situacions d'aïllament social dels d nitat.
Afavorir la conservació i la recuperació del patri ric i cultural.
Afavorir espais de relació entre nous i vells resi
Conscienciar el teixit econòmic sobre l'exclusió de la població perquè no pot comprar als com zona a causa del cost elevat.
Potenciar el sentiment de pertinença i conei patrimoni del territori per part de l'alumnat.
Recuperar el protagonisme de la gent gran co missora de la identitat cultural.
Promoure la participació dels nous veïns en la nitària.
Reforçar el moviment associatiu.

ENTITATS ORGANITZADORES:

- Ajuntament de Palma
- GREC
- Obra Social "la Caixa"
- Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB

https://issuu.com/associacio_grec/docs/resumen_breve_monograf__a_catal__/1

https://drive.google.com/file/d/0BxfupYan5zyvUHI3QnJmbHlGN2M/view

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva / benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Itinerari de salut i benestar

DESCRIPCIÓ:
Itinerari de salut que es composa de 7 tallers que tracten diversos temes i donen pautes per gaudir d'un envelliment saludable i potencien l'autonomia personal: despertar amb un somriure, activa't, menys dolor més vida, alimenta el teu benestar, en forma, entrena i exercit@lament.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal d'aquests tallers és facilitar a les persones grans les eines necessàries per promoure'n l'autonomia i millorar-ne el benestar.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense demència

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
Llars de la tercera edat (Associació Gent Gran Es Fortí, Avinguda Argentina, Reina Sofia, Llar d'ancians i Pensionistes).

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Activa la teva ment

DESCRIPCIÓ:

Sessions presencials d'estimulació cognitiva per exercitar diverses àrees (memòria, pràxia, gnosis, llenguatge, funcions executives i càlcul).

OBJECTIUS:

- Millorar la implicació de la persona gran per mantenir i millorar les seves funcions cognitives.

PERFIL D'USUARI:

Persona amb deteriorament cognitiu lleu o moderat, que es pugui desplaçar fins a les dependències de Creu Roja.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Valoració prèvia

ENTITAT ORGANTIZADORA:

Creu Roja

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971295000
demisa@cruzroja.es

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de memòria

DESCRIPCIÓ:

El taller teòric i pràctic vol estimular l'alumne en l'aprenentatge del que és la memòria i com exercitar-la amb exercicis fàcils de resoldre.

OBJECTIUS:

- Conèixer i entendre els processos que utilitza la ment a l'hora de memoritzar.
- Estimular l'atenció i el registre.
- Donar atenció personalitzada a cada alumne.
- Aprendre eines de resolució davant situacions quotidines, com per exemple perdre objectes, perdre el fil del discurs, bloqueig mental...

PERFIL D'USUARI:

Gent major, malalts crònics, persones en períodes post-ingrès hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

ENTITAT ORGANITZADORA:

Atenzia

LLOC ON ES DU A TERME:

Avd. d'Alemanya, 17

TELÈFON: 971 71 83 93

DURADA: Timestral

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Taller dirigit especialment als usuaris d'Atenzia i també obert al públic interessat. Poden reservar places telefonant a la oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS

https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de memòria

DESCRIPCIÓ:
Taller d'estimulació cognitiva

MODALITAT D'IMPARTICIÓ: Taller

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Coll d'en Rebassa

ADREÇA:
C/ de Vicente Tofiño, 34

TELÈFON:
971266115

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971266115

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Neurones en actiu

DESCRIPCIÓ:
Activitat d'entrenament de la memòria.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
flassaders@a-palma.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma

CENTRE FLASSADERS

ADREÇA:
Carrer de la Ferreria, 10

TELÈFON: 971 21 40 27

LLOC WEB:
http://www.flassaders.org

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Càlcul mental

DESCRIPCIÓ:
Activitat d'estimulació cognitiva de càlcul mental amb àbac.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
flassaders@a-palma.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma

CENTRE FLASSADERS

ADREÇA:
Carrer de la Ferreria, 10

TELÈFON: 971 21 40 27

LLOC WEB:
http://www.flassaders.org

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Aurum

DESCRIPCIÓ:
Taller setmanal amb una durada d'hora i mitja en què es fan exercicis per millorar la memòria i l'estimulació cognitiva en alternança amb sortides culturals i altres activitats d'oci.

OBJECTIUS:

- Detectar i prevenir situacions de risc i aïllament social.
- Fomentar l'establiment de relacions socials entre els membres del grup.

PERFIL D'USUARI:
Preferentment persones usuàries del Centre Municipal de Serveis Socials (CMSS), majors de 65 anys en situació d'aïllament.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Lupe Gastalver i Juilieta Martínez
Tel. 971292525
ggastalver@palma.es / jimartinez@as.a-palma.es

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Ajuntament de Palma

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Curs escolar

LLOC ON ES DU A TERME:
Local del CMSS Nord

ADREÇA:
C/de Felip II, 17, 2n

TELÈFON: 971292525

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
La majoris de les persones partcipants són derivades per professionals del CMSS però s'estudien, si hi ha places, les derivacions d'altres serveis del barri.

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: memòria

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal per estimular la memòria.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Jonquet

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971457911
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Jonquet

ADREÇA:
C/de l'Almadrava, 10, baixos

TELÈFON: 971457911

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Jonquet

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: memòria

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal per estimular la memòria.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Can Ribes

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971909021
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Can Ribes

ADREÇA:
C/de les Ànimes, 2

TELÈFON: 971909021

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Can Ribes

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: memòria

DESCRIPCIÓ:
Activitat setmanal per estimular la memòria.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Ciutat Antiga

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Ciutat Antiga

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

ADREÇA:
C/dels Botons, 3

DURADA: Anual

TELÈFON: 971729427

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Natalia Reinares Gagneten
Tel. 971729427
nreinares2@intress.org

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Ciutat Antiga

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de prevenció de la dependència

DESCRIPCIÓ:

Taller de prevenció de dependència, acompanyada de material pedagògic amb exercicis per reforçar la memòria i altres habilitats que amb l'edat es perden. Classes en grup amb monitor/educador.

OBJECTIUS:

- Possibilitar un envelliment satisfactori.
- Fomentar l'autonomia personal i prevenir la dependència.
- Millorar la memòria.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:

Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Insripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Memòria

DESCRIPCIÓ:

Sessions grupals d'entre 8 a 12 participants amb una freqüència de dos dies a la setmana i una durada d'1 hora. Organitzat per processos cognitius bàsics i adaptats al grup.

OBJECTIUS:

- Crear espais de comunicació i interrrelació, per afavorir processos de participació, decisió i autonomia des d'un treball d'estimulació cognitiva, sensorial i psicomotor.
- Prevenir i mantenir les funcions cognitivas.
- Treballar per mantenir l'autoestima, el desenvolupament personal, potenciar el sentiment de pertinença, fer créixer els vincles relacionals.

PERFIL D'USUARI:

Persones residents a la Llar dels Ancians

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar dels Ancians

ADREÇA:
C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Amb una selecció i valoració prèvia dels participants, procurant que el grup sigui el més homogeni possible.

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Estimulació cognitiva grupal

DESCRIPCIÓ:
Activitat que desenvolupa l'orientació temporal i espacial, l'atenció, la memòria semàntica, el record, la planificació i l'atenció dividida.

OBJECTIUS:

- Treballar de forma dinàmica i atractiva capacitats cognitives que afavoreixen l'autonomia i el manteniment de les habilitats.
- Fer activitats adaptades al grup, a la persona i al moment de la seva realització.

PERFIL D'USUARI:
Pacient geriàtric de més de 65 anys que és valorat per metge geriatre. Pot tenir diferents patologies cròniques.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Hospital Sant Joan de Déu

LLOC WEB: hsjdpalma.es

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Mariana Simonet
Tel. 971 704 599
hsjdpalma@ohsjd.es

LLOC ON ES DU A TERME:
Hospital de dia de l'Hospital Sant Joan de Déu

ADREÇA:
C/de Sant Joan de Déu

TELÈFON: 971 704 588

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Mitjançant complementació d'informe de derivació de l'ESAD, tenir un barthel major de 40 i Pheiffer menor de 5. Acudir a fer una valoració amb metge geriatre.

Municipi: Palma

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Activitats artístiques i manuals

DESCRIPCIÓ:

- Taller de pintura
- Taller de musicoteràpia
- Taller de manualitats
- Macetes

ENTITAT ORGANITZADORA:
Federació de Jubilats i Pensionistes de la CAIB/Associació Sociocultural de Pensionistes i Jubilats de la Vileta-Son Serra

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Rafael Verger i Joan Huguet
Tel. 971793335
pensionistasvileta@gmail.com

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

LLOC ON ES DU A TERME:
Local de l'Associació

ADREÇA:
C/ Oblates, nº 2-1º

TELÈFON: 971793335

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva/activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de memòria i gerontogimnàsia

DESCRIPCIÓ:
Taller d'estimulació cognitiva

MODALITAT D'IMPARTICIÓ: Taller

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Son Cladera

ADREÇA:
Camí de Son Cladera s/n

TELÈFON:
971471064

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca: CS Son Cladera, Son Rullan; i Serveis Socials Ajuntament de Palma

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971471064

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Insripció al desembre

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar Reina Sofia

ADREÇA:

Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per a afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Palma

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Recuperació de la memòria

DESCRIPCIÓ:

- Taller d'estimulació cognitiva

ENTITAT ORGANITZADORA:
Federació de Jubilats i Pensionistes de la CAIB/Associació Sociocultural de Pensionistes i Jubilats de la Vileta-Son Serra

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Rafael Verger i Joan Huguet
Tel. 971793335
pensionistasvileta@gmail.com

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

LLOC ON ES DU A TERME:
Local de l'Associació

ADREÇA:
C/ Oblates, nº 2-1º

TELÈFON: 971793335

Municipi: Palma

Tipologia: formació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Diploma Sènior de la UOM

DESCRIPCIÓ:
Títol propi de la UIB de 500 hores lectives. El Diploma Sènior de la UOM, de tres cursos acadèmics de durada, és un projecte formatiu i cultural que, a part, possibilita la socialització dels participants contribuint a millorar la seva qualitat de vida.

OBJECTIUS:
1) Fomentar la participació de la gent gran a la Universitat de les Illes Balears.
2) Contribuir a l'envelliment actiu, competent i reeixit i a la millora de la qualitat de vida de la gent gran.
3) Potenciar els programes educatius d'aprenentatge permanent per a gent gran.

PERFIL D'USUARI:
- A partir de 50 anys
- Amb estudis primaris

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Amb preinscripció a la UOM

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Unversitat Oberta per a Majors

LLOC ON ES DU A TERME:
- Campus Universitari
  Carretera de Valldemossa, km 7,5

ENLLAÇ WEB
http://uom.uib.cat/prog_form/Mallorca/dip_senior/

XARXES SOCIALS
Facebook i Twitter

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Esperanza Díaz Manera
Tel. 971172445
uom@uib.cat

Municipi: Palma

Tipologia: formació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Diplomes d'especialització de la UOM

DESCRIPCIÓ:
Titols propis de la UIB de 100 hores lectives. Suposen una aprofundiment, actualització i coneixement de la realitat actual. En aquests moments tenim dos diplomes d'especialització: "Els grans descobriments científics: del Passat al Present"; i "Patrimoni de Mallorca (I)."

OBJECTIUS:
1) Adquirir una visió àmplia de la temàtica dels diplomes
2) Disposar dels coneixements i capacitats necessàries per participar en contextos relacionats.
3) Desenvolupar un pensament crític i una capacitat de percebre els continguts des d'una perspectiva àmplia en relació a les disciplines tractades.

PERFIL D'USUARI:
- A partir de 50 anys.
- Tenir el diploma o certificat Sènior o Sènior Superior.
- Tenir estudis superiors o l'accès a la universitat per a majors de 25, 40 i 45 anys.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

PROCEDIMENT D'ACCÉS: Amb preinscripció a la UOM

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Unversitat Oberta per a Majors

LLOC ON ES DU A TERME:
Campus Universitari: Carretera de Valldemossa km 7,5

ENLLAÇ WEB
http://uom.uib.cat/prog_form/Mallorca/dip_especialitzacio/descobriments-cientifics/
http://uom.uib.cat/prog_form/Mallorca/dip_especialitzacio/Patrimoni-I/

XARXES SOCIALS: Facebook i Twitter

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Esperanza Díaz Manera
Tel. 971172445
uom@uib.cat

Municipi: Palma

Tipologia: formació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

La UOM al centre Flassaders

DESCRIPCIÓ:
Programa de cinc conferències, de temes diversos, impartit per professorat i investigadors de la UIB. El programa vol millorar els coneixements d'aquest sector de la població, i també la seva qualitat de vida.

OBJECTIUS:
Apropar el coneixement i la nostra cultura a Ciutat.

PERFIL D'USUARI:
- A partir de 50 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Conferències presencials

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Inscripció al centre Flassaders

ENTITAT ORGANITZADORA:
Unversitat Oberta per a Majors

LLOC ON ES DU A TERME:
- Centre Flassaders
  Carrer de la Ferreria, 10

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Esperanza Díaz (UOM)
Tel. 971172445
uom@uib.cat
M. Isabel Gelabert (Ajuntament)
Tel. 971214027
igualtatjoventdretscivics@palma.es

ENLLAÇ WEB
http://uom.uib.cat/prog_form/Mallorca/Flassaders/
http://www.flassaders.org

XARXES SOCIALS
Facebook i Twitter

Municipi: Palma

Tipologia: formació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

La UOM als Barris de Palma

DESCRIPCIÓ:

Programa de cinc conferències, de temes diversos, impartit per professorat i investigadors de la UIB. El programa vol millorar els coneixements d'aquest sector de la població, i també la seva qualitat de vida.

OBJECTIUS:

Apropar el coneixement i la nostra cultura a les associacions de persones grans de Ciutat.

PERFIL D'USUARI:

- A partir de 50 anys
- Amb estudis primaris

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Conferències presencials

LLOC ON ES DU A TERME:

A la mateixa associació que participa al programa. En aquest moments participen els barris següents: Establiments, es Molinar, es Rafal Vell, Sant Jordi, Santa Catalina i Son Real.

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Inscripció a cada una de les associacions participants

ENTITAT ORGANITZADORA:

Unversitat Oberta per a Majors

ENLLAÇ WEB

http://uom.uib.cat/prog_form/Mallorca/Flassaders-i-barris/Barris_Palma/

XARXES SOCIALS

Facebook i Twitter

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Esperanza Díaz Manera
Tel. 971172445
uom@uib.cat

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Alfabetització

DESCRIPCIÓ:

Classes en grup d'educació general, diferenciat en dos nivells de coneixements.

OBJECTIUS:

- Fomentar l'aprenentatge cultural bàsic en els majors, i un de més avançat.
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima, afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:

Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Insripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:

Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Aula de Cultura

DESCRIPCIÓ:
Classes en grup d'educació general, diferenciat en dos nivells de coneixements.

OBJECTIUS:

- Fomentar l'aprenentatge cultural bàsic en els majors, i un de més avançat.
- Prevenir la dependència,
- Potenciar l'autoestima, afavorir el manteniment actiu de la ment,

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Insripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Anglès

DESCRIPCIÓ:
Classes en grup d'anglès, segons nivell de coneixement.

OBJECTIUS:
- Fomentar l'aprenentatge d'altres idiomes en persones majors.
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Insripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Francès

DESCRIPCIÓ:
Classes en grup de francès, segons nivell de coneixement.

OBJECTIUS:
- Fomentar l'aprenentatge d'altres idiomes en persones majors.
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Insripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Alemany

DESCRIPCIÓ:
Classes en grup d'alemany, segons nivell de coneixement.

OBJECTIUS:
- Fomentar l'aprenentatge d'altres idiomes en persones majors.
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Insripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Taller sobre consum energètic

DESCRIPCIÓ:
Activitat que pretén conscienciar de la importàcia d'un consum racional de l'energia, fet que repercutirà en beneficis cap al planeta i cap a la nostra economia familiar.

OBJECTIUS:

- Aprendre a interpretar una factura.
- Aprendre a estalviar a través de la contratació del nostre servei energètic.
- Aprendre a estalviar a través de l'ús energètic que feim a casa.

PERFIL D'USUARI:
Gent major, malalts crònics, persones en períodes post-ingrès hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

ENTITAT ORGANITZADORA:
Atenzia

LLOC ON ES DU A TERME:
Avd. d'Alemanya, 17

TELÈFON: 971 71 83 93

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Taller dirigit especialment als usuaris d'Atenzia i també obert al públic interessat. Poden reservar places telefonant a la oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS
https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de lectura

DESCRIPCIÓ:

Pretén entretenir i iniciar els participants en les tècniques básiques de l'expresió oral i escrita, en general, i de la narrativa, la poesia i el glossat, en particular, així con animar l´hàbit de la lectura.

OBJECTIUS:

- Estimular cognitivament, amb un caire preventiu i de foment de la qualitat de vida dels participant.
- Motivar el grup per compartir experiències, sentiments i records, en la línia de la reminiscència vivencial.

PERFIL D'USUARI:

Persones residents a la Llar dels Ancians sense deteriorament cognitiu.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar dels ancians

ADREÇA:
C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Amb selecció i valoració prèvia dels participants, procurant que el grup sigui el més homogeni possible.

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Revista

DESCRIPCIÓ:
La revista de la Llar és una publicació que es reedita des d'abril de 2012. El mes d'abril es publicarà el número 17. L'edició és casolana i es recullen articles de temàtica diversa com: vivències dels residents, conèixer les activitas que es duen a terme a la llar...

OBJECTIUS:

- Crear un espai de comunicació.
- Difondre la cultura mallorquina.
- Treballar les habilitats cognitives dels lectors.
- Informar sobre notícies d'interès per al lector.

PERFIL D'USUARI:
Persones residents a la Llar dels Ancians, voluntaris i personal de llar interessats en col·laborar.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

DURADA: Trimestral

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar dels Ancians

ADREÇA:
C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Els interessats fan arribar a l'educador social els articles per publicar.

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Taller d'higiene de mans

DESCRIPCIÓ:

Activitat per explicar els riscos d'una mala higiene, donar pautes de com fer una higiene de mans correcta i per recordar els hàbits d'higiene.

OBJECTIUS:

- Fomentar els bons hàbits d'higiene.
- Prevenir infeccions.
- Fomentar l'autocura i tenir un ordre saludable en la seva vida.

PERFIL D'USUARI:

Pacient geriàtric de més de 65 anys que és valorat per metge geriatre. Pot tenir diferents patologies crònniques.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Conferència presencial

DURADA: Bimensual

ENTITAT ORGANITZADORA:

Hospital Sant Joan de Déu

LLOC WEB: hsjdpalma.es

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Mariana Simonet
Tel. 971 704 599
hsjdpalma@ohsjd.es

LLOC ON ES DU A TERME:

Hospital de dia de l'Hospital Sant Joan de Déu

ADREÇA:

C/de Sant Joan de Déu

TELÈFON: 971 704 588

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

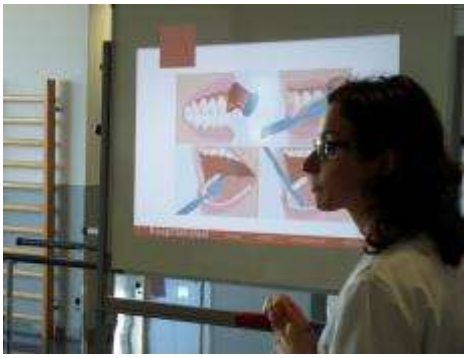
Mitjançant complementació d'informe de derivació de l'ESAD, tenir un Barthel major de 40 i Pheiffer menor de 5. Acudir a fer una valoració amb metge geriatre.

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Taller d'higiene bucal



DESCRIPCIÓ:
Activitat per explicar els riscos d'una mala higiene bucal, donant indicacions d'una bona neteja tenint en compte el període d'envelliment i els canvis fisiològics

OBJECTIUS:

- Prevenir infeccions o problemes associats a una mala higiene.
- Fomentar hàbits saludables.
- Mantenir l'autocura i fomentar la independència.
-

PERFIL D'USUARI:
Pacient geriàtric de més de 65 anys que és valorat per metge geriatre. Pot tenir diferents patologies cròniques.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Conferència presencial

DURADA: Trimestral

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Hospital Sant Joan de Déu

LLOC WEB: hsjdpalma.es

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Mariana Simonet
Tel. 971 704 599
hsjdpalma@ohsjd.es

LLOC ON ES DU A TERME:
Hospital de dia de l'Hospital Sant Joan de Déu

ADREÇA:
C/de Sant Joan de Déu

TELÈFON: 971 704 588

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Mitjançant complementació d'informe de derivació de l'ESAD, tenir un Barthel major de 40 i Pheiffer menor de 5. Acudir a fer una valoració amb metge geriatre.

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Club de lectura

DESCRIPCIÓ:
Activitat programada dins l'espai de persones majors del centre Flassaders.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
flassaders@a-palma.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma

CENTRE FLASSADERS

ADREÇA:
Carrer de la Ferreria, 10

TELÈFON: 971 21 40 27

LLOC WEB:
http://www.flassaders.org

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Ajuts i bonificacions municipals

DESCRIPCIÓ:
Reducció de les quotes per a les activitats formatives del Servei Municipal d'Educació d'Adults.

PERFIL D'USUARI:
Persones en situació de jubilació

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
infoeduca@palma.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma

Servei Municipal d'Educació d'Adults

ADREÇA:
C/ de Gregorio Marañón, s/n

TELÈFON: 971244976

LLOC WEB:
http://www.palmaeduca.cat/smea

http://www.palmaeduca.es/smea/cursos.php?categoria=27

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Ajuts i bonificacions municipals

DESCRIPCIÓ:
Reducció de les quotes per als tallers i les activitats formatives del centre Flassaders.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
flassaders@a-palma.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma

CENTRE FLASSADERS

ADREÇA:
Carrer de la Ferreria, 10

TELÈFON: 971 21 40 27

LLOC WEB:
http://www.flassaders.org

Municipi: Palma

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Cursos d'educació d'adults

DESCRIPCIÓ:

- Curs de lletres i números
- Curs d'anglés (nivells 1 i 2)

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Federació de Jubilats i Pensionistes de la CAIB/Associació Sociocultural de Pensionistes i Jubilats de la Vileta-Son Serra

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Rafael Verger i Joan Huguet
Tel. 971793335
pensionistasvileta@gmail.com

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

LLOC ON ES DU A TERME:
Local de l'Associació

ADREÇA:
C/ Oblates, nº 2-1º

TELÈFON: 971793335

Municipi: Palma

Tipologia: intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: activitats intergeneracionals

DESCRIPCIÓ:
Activitats intergeneracionals amb diferents centres educatius.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Jonquet

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971457911
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Jonquet

ADREÇA:
C/de l'Almadrava, 10, baixos

TELÈFON: 971457911

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Jonquet

Municipi: Palma

Tipologia: intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: activitats intergeneracionals

DESCRIPCIÓ:
Activitats intergeneracionals amb diferents centres educatius.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Can Ribes

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971971909021
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Can Ribes

ADREÇA:
C/de les Ànimes, 2

TELÈFON: 971909021

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Can Ribes

Municipi: Palma

Tipologia: intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: activitats intergeneracionals

DESCRIPCIÓ:
Activitats intergeneracionals amb diferents centres educatius.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Ciutat Antiga

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Natalia Reinares Gagneten
Tel. 971729427
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Ciutat Antiga

ADREÇA:
C/dels Botons, 3

TELÈFON: 971729427

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Ciutat Antiga

Municipi: Palma

Tipologia: intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Projecte intergeneracional

DESCRIPCIÓ:
Activitats diferents enfocades a mantenir i transmetre les nostres tradicions i costums, així com per apropar i afavorir la interrelació i la comunicació entre diferents generacions.

OBJECTIUS:

- Fomentar les relacions entre persones majors i menors.

PERFIL D'USUARI:
Persones residents a la Llar dels Ancians, i alumnat i professorat del col·legi Miquel Costa i Llobera de Palma.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Jornada presencial

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar dels ancians

ADREÇA:
C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Els interessats fan arribar a l'educador social els articles a publicar

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers intergeneracionals

DESCRIPCIÓ:

El tàndem que formen padrins-néts, renéts o tiets-nebots, etc. és molt especial i enreiquidor per ambdues parts. Per això, s'organitzen activitats per fomentar-les.

OBJECTIUS:

- Fomentar la cooperació entre ambdues generacions.
- Donar pes al valor de l'experiència de les persones majors.
- Oferir espais i situacions de contacte social.
- Dinamitzar el col·lectiu de tercera edat, dissenyant tota una oferta lúdica i cultural propera als interessos dels usuaris.

PERFIL D'USUARI:

Gent major, malalts crònics, persones en períodes post-ingrès hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

ENTITAT ORGANTIZADORA:

Atenzia

LLOC ON ES DU A TERME:

Avda. d'Alemanya, 17

TELÈFON: 971 71 83 93

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Taller dirigit especialment als usuaris d'Atenzia i també obert al públic interessat. Poden reservar places telefonant a la oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS

https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

Municipi: Palma

Tipologia: intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Taller per a padrins cangurs

DESCRIPCIÓ:

Taller on es fa un repàs a totes les situacions de risc que es donen quan el padrins queden al càrrec dels infants (caiguda del padrí, accidents infantils, pèrdua del menor pel carrer...) les analitzam amb la intenció de donar pautes de caràcter preventiu.

OBJECTIUS:

- Prendre consciència de la importancia que té la prevenció per evitar els accidents.
- Fomentar el treball en equip entre padrins i néts.
- Establir pautes d'actuació en cas d'emergència.

PERFIL D'USUARI:

Gent major, malalts crònics, persones en períodes post-ingrès hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:

Atenzia

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Parcs de majors

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Persones grans, malalts crònics, infants i tots els familiars del tàndem intergeneracional que estiguin interessats.

XARXES SOCIALS

https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

Municipi: Palma

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Informàtica

DESCRIPCIÓ:

Activitats amb les noves tecnologies

OBJECTIUS:

- Possibilitar un envelliment satisfactori.
- Fomentar l'autonomia personal i prevenció de la dependència.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment.
- Adquirir competències digitals i adaptar-se a les noves tecnologies.

PERFIL D'USUARI:

Persones residents a la Llar dels Ancians, i pensionistes de la barriada de General Riera.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Curs presencial

DURADA: Curs escolar

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:

Llar dels ancians

ADREÇA:

C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

A petició de la persona interessada

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Informàtica

DESCRIPCIÓ:
Espai on s´aprenen les eines necessàries per manejar-se amb facilitat en aquest nou entorn. Es desenvolupen 5 tallers des de l´Inici en la Informàtica a Connectat´t a la Xarxa.

OBJECTIUS:
Fomentar les habilitats i capacitats personals, com les relacions intergeneracionals de les persones grans.

PERFIL D'USUARI:
Pensionistes majors de 55 anys i/o persones majors de 60 anys.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Margalida Vallespir Munar
Tel. 971444319
mvallespir@imas.conselldemallorca.net

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Trimestral

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Insripció al desembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Reina Sofia

ADREÇA:
Carrer Goya, 3

TELÈFON: 971444319

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/240

Municipi: Palma

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Aula digital per a majors

DESCRIPCIÓ:
Espais de participació digital, que inclouen una formació amb la facilitació d'espais tutelats d'accés a internet perquè la informàtica esdevengui un recurs eficient, a més d'una eina de participació social.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai de participació a les persones majors a través de les TIC.
- Disminuir la bretxa digital entre generacions.
- Millorar les condicions de vida.
- Prevenir el deteriorament cognitiu.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 55 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs-taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja amb la col·laboració de la Fundació Vodafone

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Associacions de tercera edat

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Amb inscripció prèvia a l'oficina de la Creu Roja

ENLLAÇ WEB
http://www.fundacionvodafoneconlosmayores.com/

Municipi: Palma

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de tecnologies de la informació i comunicació

DESCRIPCIÓ:
Formació per a gent gran en els diferents recursos que ens ofereixen les tecnologies de la informació, afavorint una inclusió i una participació social més grans.

OBJECTIUS:
Itinerari d'aprenentatge que intenta dotar els participants d'eines que passen des de perdre la por al ratolí, fins a treballar amb programes d'edició de textos, retoc fotogràfic o participació en les xarxes socials.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
Llars de la tercera edat (Associació Gent Gran Es Fortí, Avinguda Argentina, Reina Sofia, Llar d'ancians i Pensionistes).

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament

DESCRIPCIÓ:

Activitats per a persones que estiguin en situació de soledat, que no tinguin una xarxa social ampla.

OBJECTIUS:

- Millorar la qualitat de vida de les persones grans amb escasa o nul·la xarxa social.
- Millorar les relacions socials de les persones grans en l'entorn proper i comunitari.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys en situació de soledat

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971295000/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Mitjançant valoració tècnica

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Aula 65

DESCRIPCIÓ:

Espai gratuït de trobades, informació, aprenentatge i oci (xerrades preventives, cinefòrums, visites culturals, trobades intergeneracionals, excursions…).

OBJECTIUS:

- Proporcionar a les persones en procès d'envelliment un espai de confiança, on pugin cercar informació, rebre orientació, expressar opinions, trobar suport emocional i relacionar-se amb persones de la seva edat o més joves.

PERFIL D'USUARI:

Persones que vulguin gaudir d'un envellliment actiu i saludable, en companyia d'altres persones.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Conferències i tallers

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Associacions de tercera edat

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Lliure i gratuït , amb entrevista personal prèvia.

ENLLAÇ WEB

http://www.cruzroja.es/portal/page?_pageid=563,12250415&_dad=portal30&_schema=PORTAL30&P_CENT=14305

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament a gestions

DESCRIPCIÓ:

Acompanyament al metge o altres gestions, a persones majors de 65 anys, per part de persones voluntàries, amb vehicles subvencionats per IRPF.

OBJECTIUS:

- Augmentar la capacitat de fer activitats bàsiques i instrumentals de la vida quotidiana.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys, amb dificultats de mobilitat, que necessita acompanyament.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de la Creu Roja. També es pot sol·licitar informació per telèfon.

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Visites culturals

DESCRIPCIÓ:

Visites culturals que es fan durant l'any que no tenen altra intenció que conèixer coses noves, normalment relacionades amb la cultura mallorquina i passar una bona estona amb altres persones.

OBJECTIUS:

- Donar a conèixer la cultura de Mallorca i descobrir-ne de noves fomentant un visió intercultural.
- Oferir espais i situacions de contacte social.
- Dinamitzar el col·lectiu de persones grans, dissenyant tota una oferta lúdica i cultural propera als seus interessos.

PERFIL D'USUARI:

Persones grans, malalts crònics, persones en períodes post-ingrès hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:

Atenzia

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Parcs de Majors

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Taller dirigit tant als usuaris d'Atenzia com al públic interessat. Poden reservar places telefonant a la oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS

https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Certamen literari

DESCRIPCIÓ:

Cada any Atenzia organitza un certamen literari a nivell nacional on en una de les categories en participen usuaris

OBJECTIUS:

- L'estimulació cognitiva dels usuaris a través d'activitats que els activin mentalment.
- Posar en valor l'experiència i coneixement de les persones grans.

PERFIL D'USUARI:

Persones grans, malalts crònics, persones en períodes post-ingrès hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

ENTITAT ORGANITZADORA:

Atenzia

DURADA: Puntual

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

LLOC ON ES DU A TERME:

Avda d'Alemanya, 17

TELÈFON: 971 71 83 93

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Taller dirigit tant als usuaris d'Atenzia com al públic interessat. Poden reservar places telefonant a la oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS

https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Cicle d'horabaixes a Atenzia

DESCRIPCIÓ:
Una vegada al mes, Atenzia obre les portes i organitza un berenar amb tertúlia o alguna activitat que serveixi d'excusa per passar una bona horabaixa en companyia.

OBJECTIUS:
- Oferir activitats que promocionin el contacte social.
- Fomentar la cohesió social.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans, malalts crònics, persones en períodes post-ingrès hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

ENTITAT ORGANITZADORA:
Atenzia

DURADA: Puntual

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

LLOC ON ES DU A TERME:
Avda d'Alemanya, 17

TELÈFON: 971 71 83 93

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
És un taller dirigit tant als usuaris d'Atenzia com al públic interessat. Poden reservar places telefonant a l'oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS
https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Bingo

DESCRIPCIÓ:
Joc de bingo que ajuda a desenvolupar i millorar l'atenció, la memòria i la coordinació.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai lúdic d'oci i entreteniment on es potencien les relacions socials.
- Estimular la memòria.
- Mantenir habilitats cognitives com ara l'atenció, la coordinació...

PERFIL D'USUARI:
Persones autònomes o amb dependència moderada.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar dels Ancians

ADREÇA:
C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
A petició de la persona interessada

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Bingo

DESCRIPCIÓ:
Joc de bingo amb cartons casolans, els números son grans i visibles. Es juga en línia i en un bingo. Obtenen un petit detall com a premi.

OBJECTIUS:
Fomentar les relacions socials, l'atenció, l'atenció dividida, l'organització i l'autoestima.

PERFIL D'USUARI:
Pacient geriàtric de més de 65 anys que és valorat per metge geriatre. Pot tenir diferents patologies cròniques.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Hospital Sant Joan de Déu

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Mariana Simonet
Tel. 971 704 599
hsjdpalma@ohsjd.es

LLOC ON ES DU A TERME:
Hospital de dia de l'Hospital Sant Joan de Déu

ADREÇA:
C/de Sant Joan de Déu

TELÈFON: 971 704 588

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Mitjançant complementació d'informe de derivació de l'ESAD, tenir un Barthel major de 40 i Pheiffer menor de 5. Acudir a fer una valoració amb metge geriatre.

LLOC WEB: hsjdpalma.es

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

El barri et cuida

DESCRIPCIÓ:
Iniciativa en la qual un conjunt d'entitats es coordinen per atendre les persones grans que viuen i se senten sols, amb els veïns del mateix barri que s'ofereixen com a voluntaris.

PERFIL D'USUARI: Persona gran que viu tota sola

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca, Serveis Socials "Ciutat Antiga", Càritas, Area d'Igualtat, Joventud i drets Cívics de l'Ajuntament de Palma, Associació de veïns Canamunt, Associació de veïns Ses Veles.

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Des de les entitats que col·laboren en el projecte o per un veí.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Montse Gómez Alonso
Tel. 971717047

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Escola Graduada

ADREÇA:
C/ dels Socors, 36-38

TELÈFON:
971420080

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: sortides i excursions culturals

DESCRIPCIÓ:
Activitats de sortides i excursions culturals.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Jonquet

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971457911
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Jonquet

ADREÇA:
C/de l'Almadrava, 10, baixos

TELÈFON: 971457911

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Jonquet

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: sortides i excursions culturals

DESCRIPCIÓ:
Activitats de sortides i excursions culturals.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Can Ribes

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971909021
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Can Ribes

ADREÇA:
C/de les Ànimes, 2

TELÈFON: 971909021

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Can Ribes

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: sortides i excursions culturals

DESCRIPCIÓ:
Activitats de sortides i excursions culturals.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Ciutat Antiga

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Natalia Reinares Gagneten
Tel. 971729427
nreinares2@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Ciutat Antiga

ADREÇA:
C/dels Botons, 3

TELÈFON: 971729427

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Ciutat Antiga

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Bingo

DESCRIPCIÓ:
Activitat dirigida per voluntària. L'activitat té el suport d'un bingo electrònic i específic per a persones majors.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai d' oci , diversió i entreteniment.
- Mantenir habilitats relacionades amb la percepció, coordinació i atenció.
- Potenciar les relacions interpersonals a través de l'activitat esmentada.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial puntual

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Insripció al setembre

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Excursions

DESCRIPCIÓ:
Excursions d'un dia amb trasllat i dinar inclosos. El destí és a un indret de l'illa, visitant tot el més típic de la zona (mercats, monuments, centres religiosos, indústria de la zona, etc).

OBJECTIUS:

- Oferir un espai d' oci , diversió i entreteniment.
- Conèixer l'illa i les seves tradicions.
- Potenciar les relacions interpersonals a través de l'activitat esmentada.

PERFIL D'USUARI:
Persones que hagin tramitat el carnet al centre amb el perfil de soci o sòcia de la Llar.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juana Teresa de Ruz Massanet
Tel. 971452061
jteresaderuz@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial puntual

DURADA: Freqüència mensual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
S'adquireix el ticket dies abans. Places limitades.

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar Avinguda Argentina

ADREÇA:
Avinguda de l'Argentina, 45

TELÈFON: 971452061

LLOC WEB:
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/242

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Xarxa d'horts urbans ecosocials

DESCRIPCIÓ:

Petites parcel·les de conreu i d'espais amb taules de cultiu per a hortalisses, flors i plantes aromàtiques dirigides especialment a la població major, entre d'altres col·lectius.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

ORGANITZA:
Ajuntament de Palma

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Institut Municipal de Coordinació d'Obres Viàries
Camí dels Reis, 400, Accés: Son Pacs
Tel. 971 764 830

ADREÇA:
Districte Nord: hort urbà del Viver Municipal (36 parcel·les, de les quals 4 estan reservades a l'Ajuntament).

Districte Centre: hort urbà del parc de la Riera (30 parcel·les).
Districte Llevant: hort urbà del parc de les Sorts (20 parcel·les).
Districte de la Platja de Palma: hort urbà del parc de Son Perera (18 parcel·les).
Districte Ponent: hort urbà del parc de les Cases del Retiro (20 parcel·les).

LLOC WEB:
http://www.imov.es/portal/PALMA/imov/contenedor1.jsp?seccion=s_fdes_d4_v1.jsp&contenido=59317&tipo=6&nivel=1400&codResi=1&language=ca

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Sembrant Salut

DESCRIPCIÓ:

Servei per tenir cura d'un hort ecològic i dur a terme tallers i mostres a col·lectius de nins i joves.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys a les quals els agradi cuidar un hort, amb alguna experiència en aquest àmbit.

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Amb entrevista i valoració personal prèvia.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Marc Ayats
Tel. 971 29 50 00/ 29482
mayapla @cruzroja.es

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Ajuts i bonificacions municipals

DESCRIPCIÓ:
Entrades amb preu reduït al Castell de Bellver, Fundació Pilar i Joan Miró, i Es Baluard Museu d'Art Modern i Contemporani de Palma.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Castell de Bellver: castelldebellver@a-palma.es
Fundació Pilar i Joan Miró: info@fpjmiro.org
Es Baluard: museu@esbaluard.org

ADREÇA:
Castell de Bellver: C/ de Camilo José Cela, s/n
Fundació Pilar i Joan Miró: C/ de Saridakis, 29
Es Baluard: Pl. de la Porta de Santa Catalina, 10

TELÈFON:
Castell de Bellver: 971 735 065
Fundació Pilar i Joan Miró: 971 701 420
Es Baluard: 971 908 200

LLOC WEB:
Castell de Bellver: http://www.cultura.palma.es/pagina.php?Cod_fam=17&Cod_sub=14&Plantilla=B
Fundació Pilar i Joan Miró: http://miro.palmademallorca.es/pagina.php?Cod_fam=1&Cod_sub=1
Es Baluard: http://www.esbaluard.org/ca/museu/horaris-i-tarifes

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Excursions i sortides programades

DESCRIPCIÓ:
Sortides i passejades que es fan per conèixer l'illa, la ciutat i gaudir de les tradicions.

OBJECTIUS:
- Evitar l'aillament.
- Potenciar les relacions entre residents.
- Oferir espais de diversió i entreteniment.

PERFIL D'USUARI:
Persones residents a la Llar dels Ancians

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar dels ancians

ADREÇA:
C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
A petició de la persona interessada o per recomanació dels tècnics.

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: festes i aniversaris

DESCRIPCIÓ:
Activitats de celebració de festes i aniversaris.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Jonquet

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971457911
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Jonquet

ADREÇA:
C/de l'Almadrava, 10, baixos

TELÈFON: 971457911

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Jonquet

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: festes i aniversaris

DESCRIPCIÓ:
Activitats de celebració de festes i aniversaris.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Can Ribes

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971909021
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Can Ribes

ADREÇA:
C/de les Ànimes, 2

TELÈFON: 971909021

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Can Ribes

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'oci i temps lliure: festes i aniversaris

DESCRIPCIÓ:
Activitats de celebració de festes i aniversaris.

OBJECTIUS:
- Afavorir la interacció i les relacions socials.
- Millorar l'autoestima.
- Fomentar l'autonomia.
- Millorar la satisfacció personal.
- Potenciar l'autoajuda i la intersolidaritat.

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Ciutat Antiga

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Ciutat Antiga

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

ADREÇA:
C/dels Botons, 3

DURADA: Puntual

TELÈFON: 971729427

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Natalia Reinares Gagneten
Tel. 971729427
nreinares2@intress.org

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Ciutat Antiga

Municipi: Palma

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Festes i celebracions

DESCRIPCIÓ:
Diferents activitats relacionades amb les tradicions o de celebracions internes del centre.

OBJECTIUS:

- Passar una estona divertida.
- Estimular la participació dels residents.
- Recordar experiències.
- Potenciar les relacions de tot el personal i els residents.

PERFIL D'USUARI:
Persones residents a la Llar dels Ancians

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Isabel Vidal Romero
Tel. 971760301
ividal@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME:
Llar dels Ancians

ADREÇA:
C/del general Riera, 115

TELÈFON: 971760301

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
De manera voluntària per part de la persona interessada.

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/residencias/218

Municipi: Palma

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Prevenció de caigudes en majors de 75 anys

DESCRIPCIÓ:
Taller per prevenir caigudes de persones grans.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 75 anys

DURADA: Semestral

MODALITAT D'IMPARTICIÓ: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable Infermeria
Tel. 971428169

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Son Ferriol

ADREÇA:
C/ de Margalida Monllau, s/n

TELÈFON:
971428169

Municipi: Palma

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Promoció de la salut

DESCRIPCIÓ:
Xerrades per part d'una infermera per promoure la salut i prevenir accidents.

OBJECTIUS:
- Fomentar habits d'autocura.
- Fomentar estils de vida saludable.
- Prevenir accidents al domicili.
- Fomentar l'autonomia.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Jonquet

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971457911
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Jonquet

ADREÇA:
C/de l'Almadrava, 10, baixos

TELÈFON: 971457911

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Jonquet

Municipi: Palma

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Promoció de la salut

DESCRIPCIÓ:
Xerrades per part d'una infermera per promoure la salut i prevenir accidents.

OBJECTIUS:
- Fomentar habits d'autocura.
- Fomentar estils de vida saludable.
- Prevenir accidents al domicili.
- Fomentar l'autonomia.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Can Ribes

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Belén Vaquer Arjonilla
Tel. 971909021
bvaquer@intress.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Can Ribes

ADREÇA:
C/de les Ànimes, 2

TELÈFON: 971909021

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Can Ribes

Municipi: Palma

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Promoció de la salut

DESCRIPCIÓ:
Xerrades per part d'una infermera per promoure la salut i prevenir accidents.

OBJECTIUS:
- Fomentar habits d'autocura.
- Fomentar estils de vida saludable.
- Prevenir accidents al domicili.
- Fomentar l'autonomia.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Casal Ciutat Antiga

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Natalia Reinares Gagneten
Tel. 971729427
nreinares@intress.org

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Ajuntament de Palma amb Intress

LLOC ON ES DU A TERME:
Servei de Promoció de l'Autonomia Personal Casal Ciutat Antinga

ADREÇA:
C/ dels Botons, 3

TELÈFON: 971729427

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Ser usuari del Casal Ciutat Antiga

Municipi: Palma

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de caigudes

DESCRIPCIÓ:

Explicació del riscs que tenen les persones majors de patir caigudes, amb exemples de situacions i simulacres de caigudes.

OBJECTIUS:

- Donar a conèixer els rics que tenen les persones grans de patir caigudes.
- Conscienciar de la importància de prevenir i adequar el medi per evitar caigudes.
- Donar indicacions o orientacions per si es produeix la caiguda saber com respondre-hi i què fer.

PERFIL D'USUARI:

Pacient geriàtric de més de 65 anys que és valorat per metge geriatre. Pot tenir diferents patologies cròniques.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Timestral

ENTITAT ORGANITZADORA:

Hospital Sant Joan de Déu

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Mariana Simonet
Tel. 971 704 599
hsjdpalma@ohsjd.es

LLOC ON ES DU A TERME:

Hospital de dia de l'Hospital Sant Joan de Déu

ADREÇA:

C/de Sant Joan de Déu

TELÈFON: 971 704 588

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Mitjançant complementació d'informe de derivació de l'ESAD, tenir un Barthel major de 40 i Pheiffer menor de 5. Acudir a fer una valoració amb metge geriatre.

LLOC WEB: hsjdpalma.es

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Palma

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de prevenció d'accidents

DESCRIPCIÓ:
És un taller on es fa un repàs de totes les situacions de risc que es donen dins i fora del domicili (habitacions, moviments, pràctiques habituals…) es pretén detectar el que és un risc amb la intenció de donar pautes en termes preventius.

OBJECTIUS:

- Prendre consciència de la importància que té la prevenció en el manteniment de l'autonomia en les persones grans.
- Identificar les barreres o elements de risc que tenim al nostre voltant.
- Establir pautes per augmentar la seguretat.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans, malalts crònics, persones en períodes post-ingrès hospitalari, persones amb problemes de salut mental, etc.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Laura Barjau Mas
lbarjau@atenzia.com
Tel. 971 71 83 93

ENTITAT ORGANITZADORA:
Atenzia

DURADA: Puntual

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

LLOC ON ES DU A TERME:
Avda Alemanya, 17

TELÈFON: 971 71 83 93

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
És un taller dirigit tant als usuaris d'Atenzia com al públic interessat. Poden reservar places telefonant a l'oficina d'Atenzia.

XARXES SOCIALS
https://www.facebook.com/AtenziaEspana
https://twitter.com/AtenziaEspana
https://www.linkedin.com/company/servicios-de-teleasistencia
https://plus.google.com/+AtenziaEspana

Municipi: Palma

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Salut constant: tallers

DESCRIPCIÓ:
Activitats de prevenció i sensibilització per adquirir o mantenir: Hàbits saludables (alimentació, pes, factors de risc, beneficis de l'activitat esportiva, control de mesures...); Capacitació (alimentació, pes, factors de risc, beneficis de l'activitat física, prevenció, presa de mesures, tallers de nutrició...); Activitats saludables (activitat física , berenars saludables...); Desenvolupament personal (aficions, autoestima, seguretat, maneig de l'estrès...).

OBJECTIUS:
- Afavorir la cura personal de la pròpia salud.
- Adquirir o mantenir hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:
Usuaris del projecte

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
María E. Álvarez Moreira
Tel. 971 29 50 00/ 29655
esalmo@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

TELÈFON: 971 29 50 00

LLOC ON ES DU A TERME:
Domicili o assemblea de Creu Roja (C/ de l'arquitecte Bennàssar, 73)

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Respondre enquesta de cribatge.
Signatura del formulari d'informació i consentiment informat.
Cal aportar fotocòpia del DNI i informe de salut.

Municipi: Palma

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Salut constant: visites domiciliàries

DESCRIPCIÓ:
Activitats de prevenció i sensibilització per adquirir o mantenir: Hàbits saludables (alimentació, pes, factors de risc, beneficis de l'activitat esportiva, control de mesures...); Capacitació (alimentació, pes, factors de risc, beneficis de l'activitat física, prevenció, presa de mesures, tallers de nutrició...); Activitats saludables (activitat física , berenars saludables...); Desenvolupament personal (aficions, autoestima, seguretat, maneig de l'estrès...).

OBJECTIUS:
- Afavorir la cura personal de la pròpia salud.
- Adquirir o mantenir hàbits saludables.

PERFIL D'USUARI:
Persona major de 65 anys amb hipertensió o risc de partir-ne.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Activitat presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
María E. Álvarez Moreira
Tel. 971 29 50 00/ 29655
esalmo@cruzroja.es

TELÈFON: 971 29 50 00

LLOC ON ES DU A TERME:
Domicili o assemblea de Creu Roja (C/ de l'arquitecte Bennàssar, 73)

DURADA: Puntual (dies)

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Respondre enquesta de cribatge.
Signatura del formulari d'informació i consentiment informat.
Cal aportar fotocòpia del DNI i informe de salut.

Municipi: Palma

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Lliurament de productes de suport (caminadors, bastons, llits, cadires de rodes i grues) perquè la persona gran pugui continuar fent activitats de la seva vida diària.

OBJECTIUS:

- Possibilitar la realització d'activitats bàsiques i instrumentals de la vida diària.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys que necessitin productes de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Persones majors de 65 anys, amb pocs recursos econòmics, amb valoració prèvia.

Municipi: Palma

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Mobilització de la persona des del seu domicili al carrer amb un aparell salvaescales i el suport de personal voluntari.

OBJECTIUS:

- Superar barreres arquitectòniques

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys amb cadira de rodes, que no tenen ascensor al docmicili.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot sol·licitar informació per telèfon.

Municipi: Palma

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Assessorament productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Informació sobre la utilitat dels productes de suport, els beneficis i com usar-los correctament.

OBJECTIUS:

- Prevenir lesions o que s'agreugin.
- Afavorir l'autonomia i evitar la dependència el màxim de temps possible.
- Millorar la qualitat de vida.

PERFIL D'USUARI:
Persones que necessitin productes de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Elizabeth Gutiérrez Ventura
Tel. 971295000/ 29479
elguel@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja.
- Telèfon d'informació.

Municipi: Palma

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Grup d'ajuda per a cuidadors

DESCRIPCIÓ:
Espais de trobada per fomentar la interrelació entre persones cuidadores per millorar-ne l'estat anímic. Són activitats d'oci conjunt, de grups de suport i de dol.

OBJECTIUS:

- Millorar la implicació de la persona cuidadora en la reducció de la intensitat/càrrega de treball derivada de la cura.

PERFIL D'USUARI:
Persones de qualsevol edat amb sobrecàrrega per cuidar persones majors dependents.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja

DURADA: Anual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Amb entrevista i valoració personal prèvia.

Municipi: Palma

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Respir familiar

DESCRIPCIÓ:

Substitucions de la persona cuidadora durant unes hores a la setmana, en la tasca de la cura de la persona dependent, per descarregar-la del pes de la cura, i possibilitar-li tenir temps per a activitats d'oci.

OBJECTIUS:

- Reduir la càrrega de la persona cuidadora, per poder mantenir la seva vida personal (dur una vida més autònoma, tenir hàbits saludables, participar activament en la societat, etc.).

PERFIL D'USUARI:

Persones de qualsevol edat amb sobrecàrrega per cuidar persones dependents.

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Domicili particular

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Amb entrevista i valoració personal prèvia.

Municipi: Palma

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Formació per a cuidadors no professionals

DESCRIPCIÓ:
Activitats adreçades a proporcionar eines que facilitin el maneig de la situació de cura d'una persona gran en situació de dependència.

OBJECTIUS:

- Millorar la capacitat de la persona cuidadora per gestionar les cures de la persona dependent que tingui al seu càrrec.

PERFIL D'USUARI:
Persones de qualsevol edat amb necessitat de millorar les competències tècniques i personals necessàries per fer-se càrrec d'una persona gran dependent.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Semestral

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Amb entrevista i valoració personal prèvia.

Municipi: Palma

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Taller per a cuidadors Arquitecte Bennàssar

DESCRIPCIÓ:

Espai de formació, capacitació i de suport a la persona cuidadora informal, en el qual rep els coneixements necessaris per poder acomplir la seva tasca sense descuidar la seva pròpia cura i atenció personal.

OBJECTIUS:

- Donar valor a la figura de la persona cuidadora i a la tasca fonamental que du a terme en la nostra societat.
- Perquè la persona cuidadora visqui aquesta tasca de manera satisfactòria i no com una càrrega pesada, i perquè les persones en situació de malaltia o dependència siguin ateses amb qualitat.

PERFIL D'USUARI:

Cuidadors informals

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Responsable Infermeria
Tel. 971753133

ENTITAT ORGANITZADORA:

Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

LLOC ON ES DU A TERME:

Centre de Salut Arquitecte Bennàssar
C/de l'arquitecte Bennàssar, 9
Tel. 971753133

Municipi: Palma

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Taller per a cuidadors Camp Redó

DESCRIPCIÓ:

Espai de formació, capacitació i de suport a la persona cuidadora informal, en el qual rep els coneixements necessaris per poder acomplir la seva tasca sense descuidar la seva pròpia cura i atenció personal.

OBJECTIUS:

- Donar valor a la figura de la persona cuidadora i a la tasca fonamental que du a terme en la nostra societat.
- Perquè la persona cuidadora visqui aquesta tasca de manera satisfactòria i no com una càrrega pesada, i perquè les persones en situació de malaltia o dependència siguin ateses amb qualitat.

PERFIL D'USUARI:

Cuidadors informals

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Catalina Comas
Tel. 971205551

ENTITAT ORGANTIZADORA:

Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

LLOC ON ES DU A TERME:

Centre de Salut Camp Redó
Ctra. de Valledemossa, 61
Tel. 97120

Municipi: Palma

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Taller per a cuidadors Pere Garau

DESCRIPCIÓ:
Espai de formació, capacitació i suport a la persona cuidadora informal

OBJECTIUS:
Donar valor a la figura de la persona cuidadora i a la tasca fonamental que du a terme en la nostra societat, perquè la persona cuidadora visqui aquesta tasca de manera satisfactòria i no com unacàrrega pesada, i perquè les persones en situació de malaltia o dependència siguin ateses amb qualitat.

PERFIL D'USUARI:
Cuidadors informals

DURADA: Anual

MODALITAT D'IMPARTICIÓ: Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Pere Garau

ADREÇA:
C/ Joan Bauçà 50

TELÈFON: 971420645

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable d'infermeria
Tel. 971420645

Municipi: Palma

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Palma

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Serveis de Promoció de l'Autonomia Personal (Casals)

DESCRIPCIÓ:
Són serveis de caràcter comunitari per cobrir les necessitats bàsiques i promoure les capacitats d'autocura i habilitats socials de les persones majors.

SERVEIS QUE OFEREIXEN:
- Menjador obert tots els dies de l'any i també sopar per endur-se a casa.
- Ajuda a domicili
- Dutxes i bugaderia
- Activitats de lleure
- Activitats de foment de l'autonomia personal

PERFIL D'USUARI:
S'adreça a persones majors que es troben en situació de dificultat o risc social. Cal residir als barris de referència dels casals, encara que es pot ampliar a d'altres indrets si hi ha disponibilitat de places.

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Ajuntament de Palma (gestionat per Intress)

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Casal Ciutat Antiga
Natalia Reinares Gagneten
nreinares2@intress.org
Carrer dels Botons, 3
Tel. 971 729 427
Canal d'accés: CMSS-Ciutat Antiga

Casal Jonquet
Belén Vaquer Arjonilla
bvaquer@intress.org
Tel. 971 457 911
Canal d'accés: CMSS-Mestral
CMSS-Ponent

Casal Can Ribes
Belén Vaquer Arjonilla
bvaquer@intress.org
Canal d'accésCMSS-Llevant Sud
Tel. 971909021

LLOC ON ES DU A TERME:
Casal Ciutat Antiga
Carrer dels Botons, 3
Tel. 971 729 427

Casal Jonquet
Carrer de l'Almadrava,10
Tel. 971 457 911

Casal Can Ribes
Carrer de les Ànimes, 2
Tel. 971 909 021

Municipi: Palma

Tipologia: voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Formacions de participació i voluntariat

DESCRIPCIÓ:
Itinerari formatiu per donar eines a la gent gran per poder desenvolupar tasques de voluntariat en l'entorn més proper. Es parteix sempre de les seves necessitats, inquietuds i disponibilitat.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal és promoure el desenvolupament i creixement personal mitjançant l'aplicació d'estratègies i recursos que ho afavoreixin.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
Llars de la tercera edat (Associació Gent Gran Es Fortí, Avinguda Argentina, Reina Sofia, Llar d'ancians i Pensionistes).

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Palma

Tipologia: voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Curs d'introducció al voluntariat

DESCRIPCIÓ:
Activitat formativa introductòria al món del voluntariat social.

OBJECTIUS:
-Introduir en el coneixement i característiques del procés del voluntariat.
- Explicar els programes i serveis que, des d'un model de responsabilitat social, es duen a terme en els centres residencials i llars per a persones majors de l 'IMAS.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Blanca Moll Valentí
Tel. 971760301 ext. 4108
bmoll@imas.conselldemallorca.net

LLOC ON ES DU A TERME

- Llar de la Joventut (FODESMA) (C/ del general Riera, 111)

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DURADA: 3 sessions

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
La persona interessada en l'activitat formativa contacta amb la professional referent del voluntariat al servei residencial o la llar corresponent.

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/122

Municipi: Palma

Tipologia: voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de Caixes de Vida

DESCRIPCIÓ:
Formació per a voluntaris d'un projecte que consisteix en la creació de caixes d'història de vida amb persones grans. El procés de construcció de la caixa es defineix a partir de la selecció d'unes fotografies i/o objectes personals i significatius.

OBJECTIUS:
- Treballar amb tècniques de reminiscència
- Recollir la història i significació de cadascun dels objectes seleccionats, amb la finalitat d'obtenir un itinerari biogràfic de les persones participants
- Promoure el benestar emocional

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Blanca Moll Valentí
Tel. 971760301 ext. 4108
bmoll@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

LLOC ON ES DU A TERME
- Llar dels Ancians

DURADA: 3 sessions

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
La persona interessada en l'activitat formativa contacta amb la professional referent del voluntariat al servei residencial o la llar corresponent.

1.35. Petra

Petra

Població: 2.860 habitants
624 persones de més de 64 anys[35]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[35] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Petra

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Ioga

DESCRIPCIÓ:

Els dimarts durant una hora i mitja, amb una monitora es realitza aquesta activitat. Les persones participants al taller han de dur una estora de gimnàstica i una flassada

OBJECTIUS:

El Ioga ajuda a proporcionar un millor coneixement del propi cos, treballar capacitats psicoafectives, ajudar a mantenir la salut estimulant el sistema respiratori, muscular i nerviós. També ajuda a prevenir malalties

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 i els seus cònjuges o aquelles persones amb qui convisquin en relació anàloga d'afectivitat i les que siguin majors de 55 anys i pensionistes

DURADA: Anual

MODALITAT: Curs presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Cristina Maura
971 61 67 95/971 83 05 51
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Persones usuàries del Servei de Promoció de l'Autonomia Personal

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Centre de Can Real

ADREÇA:
Carrer Hospital, 49

TELÈFON:
971 83 05 51

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Petra

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Ceràmica

DESCRIPCIÓ:

Amb una monitora i durant dues hores, les persones usuàries aprenen a fer peces de fang des de cero o bé a decorar-les, comprant ja una peça feta. Aquesta fabricació es fonamenta en un coneixement i un control del procés, des del projecte fins a la presentació, amb la interrelació amb diferents materials i tècniques. El resultat final sempre és diferent, perquè cada peça és única.

OBJECTIUS:

Es treballen la psicomotricitat fina i les articulacions de les mans (quasi tots els usuaris del taller estan afectats per malalties que afecten les articulacions de les mans, com l'artrosi). També es treballa l'autoestima del usuari, ja que realitzen treballs i/o peces que no es veien capaç de fer a l'inici del curs.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 i els seus cònjuges o aquelles persones amb qui convisquin en relació anàloga d'afectivitat i les que siguin majors de 55 anys i pensionistes

DURADA: Anual

MODALITAT: Curs presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Persones usuàries del Servei de Promoció de l'Autonomia Personal

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Centre de Can Real

ADREÇA:

Carrer Hospital, 49

TELÈFON:

971 83 05 51

Municipi: Petra

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Brodats

DESCRIPCIÓ:

Amb una monitora i durant dues hores, les persones assistents al curs aprenen i perfecciones les tècniques del brodat que consisteix a adornar o reproduir una figura damunt una tela o una altra matèria. Es poden aplicar diferents tècniques: calats, punt mallorquí, punt de creueta, randes, punt de nu, vallnicas, fil tret, hardanger... Una vegada acabat, es converteix en cortines, transparents (visillos), cobrellits, cobretaules, clauers...

OBJECTIUS:

Mantenir i/o millorar les motricitats i les coordinacions, mantenir i/o millorar la sensibilitat , mantenir i/o millorar les capacitats cognitives, psicològiques i socials (les habilitats socials i les relacions interpersonals) , mantenir l'oci, mantenir i/o millorar les pràxies, l'atenció, la concentració, la memòria i la creativitat, l'autoestima.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 i els seus cònjuges o aquelles persones amb qui convisquin en relació anàloga d'afectivitat i les que siguin majors de 55 anys i pensionistes

DURADA: Anual

MODALITAT: Curs presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Persones usuàries del Servei de Promoció de l'Autonomia Personal

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Centre de Can Real

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

ADREÇA:
Carrer Hospital, 49

TELÈFON:
971 83 05 51

Municipi: Petra

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Costura

DESCRIPCIÓ:
Amb una monitora voluntària, modista jubilada, les persones usaries s'arreglen roba o es fan peces noves

OBJECTIUS:
Es treballa mantenir i/o millorar les motricitats (motricitat fina i global) i les coordinacions, la sensibilitat, les capacitats cognitives, psicològiques i socials (les habilitats socials i les relacions interpersonals, ja que es relacionen amb les altres persones que participen al taller així com també s'ajuden entre elles) i mantenir l'oci (a rel de la participació a aquest o altres tallers, també participen a activitats puntuals del centre o de la comunitat/poble). També es pretén mantenir i/o millorar les praxis, l´atenció, la concentració, la memòria i la creativitat i l'autoestima.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 60 i els seus cònjuges o aquelles persones amb qui convisquin en relació anàloga d'afectivitat i les que siguin majors de 55 anys i pensionistes

DURADA: Anual

MODALITAT: Curs presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Persones usuàries del Servei de Promoció de l'Autonomia Personal

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Centre de Can Real

ADREÇA:
Carrer Hospital, 49

TELÈFON:
971 83 05 51

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Petra

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de cuina

DESCRIPCIÓ:

Cada divendres i durant dues hores ve una monitora, a cuinar dos plats. Aquesta persona te coneixements de cuina i de nutrició.

OBJECTIUS:

- Aprendre a cuinar de forma saludable i aprendre algunes propietats dels aliments que utilitzam més sovint i de temporada.
- Mantenir i/o millorar les capacitats socials i mantenir l'oci

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i les seves parelles o menors amb una discapacitat que els permeti fer l'activitat de forma autònoma.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Persones usuàries del Servei de Promoció de l'Autonomia Personal
1

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Centre de Can Real

ADREÇA:
Carrer Hospital, 49

TELÈFON:
971 83 05 51

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

1.36. Pollença

Pollença

Població: 16.283 habitants
3.113 persones de més de 64 anys[36]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[36] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Pollença

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Pollença

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en l'entorn amb la pràctica d'activitat física en grup. Enforteix el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971533041

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica CS Pollença

ADREÇA:
C/ del bisbe Desbach, 5

TELÈFON:
971533041

Municipi: Pollença

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Pollença

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.37. Porreres

Porreres

Població: 5.502 habitants
1.099 persones de més de 64 anys[37]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[37] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Porreres

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Porreres

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.38. Puigpunyent

Puigpunyent

Població: 2.012 habitants
294 persones de més de 64 anys[38]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[38] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Puigpunyent

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Gerontogimnàsia

DESCRIPCIÓ:

La salut física i mental de la tercera edat és bàsica i s'aconsegueix, en gran part, gràcies a l'exercici. Practicar regularment activitat física redueix la morbiditat i, al mateix temps, millora la salut. Quan es fa exercici s'oxigena el cervell, millora l' humor, etc.

OBJECTIUS:

- Augmentar l'agilitat, la coordinació i l'estabilitat.
- Aconseguir un potencial muscular suficient per desenvolupaer una activitat normal.
- Garantir un nivell d'autonomia òptim per ejecutar les activitats de la vida diària i prevenir caigudes.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i les seves parelles o menors amb una discapacitat que els permeti fer l'activitat de forma autònoma.

DURADA: Anual

MODALITAT: Curs presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Complir els requisits del perfil de l'usuari.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Son Bru (SPAP)

ADREÇA:

Ctra. de Nova Estellencs, 1

TELÈFON:

971 61 67 95

Municipi: Puigpunyent

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Pilates

DESCRIPCIÓ:

El Pilates treballa l'estabilitat principalment a nivell dels malucs i escàpules, mantenint la musculatura activa i flexible. Es desenvolupa la consciència corporal del cos i la coordinació i concentració que cal per practicar l'exercici fa treballar la ment per mantenir-la entrenada i àgil.

OBJECTIUS:

- Desenvolupar la consciència corporal del nostre cos.
- Desenvolupar la coordinació i concentració que cal quan es practica l'exercici i fer treballar la ment per mantenir-la entrenada i àgil.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i les seves parelles o menors amb una discapacitat que els permeti fer l'activitat de forma autònoma.

DURADA: Anual

MODALITAT: Curs presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Complir els requisits del perfil de l'usuari.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Son Bru (SPAP)

ADREÇA:

Ctra. de Nova Estellencs, 1

TELÈFON:

971 61 67 95

Municipi: Puigpunyent

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Ceràmica

DESCRIPCIÓ:

Aquest taller requereix d'un professor especialitzat. Cada persona elabora una peça amb una tècnica que pot variar segons la capacitat de l'alumnant per aprendre o l'objectiu que tengui. També els acabats poden ser molt diferents.

OBJECTIUS:

- Treballar la psicomotricitat fina i les articulacions de les mans.
- Desenvolupar l'autoestima de l'usuari.
- Treballar la imaginació, la destresa, la paciència i la col·laboració entre companys.
- Desenvolupar la responsabilitat i la cura de les eines I l'espai que han utilitzat.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i les seves parelles o menors amb una discapacitat que els permeti fer l'activitat de forma autònoma.

DURADA: Anual

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Cumplir els requisits del perfil de l'usuari.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Son Bru (SPAP)

ADREÇA:

Ctra. De Nova Estellencs, 1

TELÈFON:

971 61 67 95

Municipi: Puigpunyent

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de flassades

DESCRIPCIÓ:

Les padrines de Puigpunyent i Galilea col·laboren amb el Projecte Home. Amb el fil de llana recollit teixeixen quadrets de punt (calça o ganxet). Al centre els cusen i es confeccciona un cobertor.

OBJECTIUS:

- Reforçar l'autoestima i el sentiment d'utilitat.
- Desenvolupar la psicomotricitat fina, la memòria i la imaginació.
- Dur a terme un treball de reciclatge, ja que s'aprofiten tots aquells rodets de llana que la gent ja no vol.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i les seves parelles o menors amb una discapacitat que els permeti fer l'activitat de forma autònoma.

DURADA: Anual

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Complir els requisits del perfil de l'usuari.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Son Bru (SPAP)

ADREÇA:

Ctra. de Nova Estellencs, 1

TELÈFON:

971 61 67 95

Municipi: Puigpunyent

Tipologia: activitat manual/artística

RECURS/ACTIVITAT:

Costura

DESCRIPCIÓ:
Amb una monitora voluntària, modista jubilada, les persones usaries s'arreglen roba o es fan peces noves.

OBJECTIUS:
Es treballa mantenir i/o millorar les motricitats (motricitat fina i global) i les coordinacions, la sensibilitat, les capacitats cognitives, psicològiques i socials (les habilitats socials i les relacions interpersonals, ja que es relacionen amb les altres persones que participen al taller així com també s'ajuden entre elles) i mantenir l'oci (a rel de la participació a aquest o altres tallers, també participen a activitats puntuals del centre o de la comunitat/poble). També es pretén mantenir i/o millorar les praxis, l´atenció, la concentració, la memòria i la creativitat i l'autoestima.

PERFIL D'USUARI:
Persones usuàries del Servei de Promoció de l'Autonomia Personal

DURADA: Anual

MODALITAT: Curs presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Persones usuàries del Servei de Promoció de l'Autonomia Personal

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Son Bru (SPAP)

ADREÇA:
Ctra. de Nova Estellencs, 1

TELÈFON:
971 61 67 95

Municipi: Puigpunyent

Tipologia: alimentació

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de cuina

DESCRIPCIÓ:

Cada setmana es designa un cuiner/a que s'encarrega de fer el dinar i de dirigir les altres persones usuàries que l'ajuden. També és l'encarregat de fer la llista dels ingredients i calcular les quantitats per anar-los a comprar. Després dinen junts i es crea un ambient de convivència i un espai de sociabilitat.

OBJECTIUS:

- Treballar la memòria (cal recordar els ingredients, l'elaboració del plat…).
- Fomentar el trebal en equip, el respecte cap als altres i la sociabilitat.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i les seves parelles o menors amb una discapacitat que els permeti fer l'activitat de forma autònoma.

DURADA: Anual

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Complir els requisits del perfil de l'usuari.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Son Bru (SPAP)

ADREÇA:

Ctra. de Nova Estellencs, 1

TELÈFON:

971 61 67 95

Municipi: Puigpunyent

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de risoteràpia

DESCRIPCIÓ:

Tallers grupals de risoteràpia amb expressió corporal. Condueix un tallerista.

OBJECTIUS:

- Millorar el benestar emocional de les persones.
- Evitar l'aïllament social i afavorir les relacions socials.
- Prevenir la dependència.
- Potenciar l'autoestima.
- Afavorir el manteniment actiu de la ment i del cos.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i les seves parelles o menors amb una discapacitat que els permeti fer l'activitat de forma autònoma.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller presencial

DURADA: Curs escolar

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Complir els requisits del perfil de l'usuari.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Son Bru (SPAP)

ADREÇA:

Ctra. de Nova Estellencs, 1

TELÈFON:

971 61 67 95

Municipi: Puigpunyent

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de "Memòria"

DESCRIPCIÓ:

Amb les sessions es vol estimular les funcions cognitives a fi de reforçar-les i que la persona conegui el funcionament bàsic de la memòria per comptar amb estratègies per resoldre les errades de la memòria de la vida diària i compensar les pèrdues irreversibles.

OBJECTIUS:

- Entrenar habilitats d'estimulació o compensació per a les pèrdues cognitives.
- Transmetre suggeriments que afavoresquin ejecutar les activitats de la vida diària.
- Proposar exercicis per estimular les funcions cognitives al domicili.
- Mantenir les capacitats conservades.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i les seves parelles o menors amb una discapacitat que els permeti fer l'activitat de forma autònoma.

DURADA: Anual

MODALITAT: Curs presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Complir els requisits del perfil de l'usuari.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Son Bru (SPAP)

ADREÇA:
Ctra. de Nova Estellencs, 1

TELÈFON:
971 61 67 95

Municipi: Puigpunyent

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Informàtica

DESCRIPCIÓ:

Activitat adreçada a les persones majors que volen conèixer i utilitzar les noves tecnologies.

OBJECTIUS:

- Saber utilitzar els ordinadors, funcionament, organització de la informació, programes bàsics…
- Cercar informació a Internet, correu electrònic i Facebook.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i les seves parelles o menors amb una discapacitat que els permeti fer l'activitat de forma autònoma.

DURADA: Anual

MODALITAT: Taller presencial

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Complir els requisits del perfil de l'usuari.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Son Bru (SPAP)

ADREÇA:

Ctra. de Nova Estellencs, 1

TELÈFON:

971 61 67 95

Municipi: Puigpunyent

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Jocs lúdics

DESCRIPCIÓ:

Al centre hi ha un parell de jocs de taula, cada grup tria el joc que més el agrada. Juguen als jocs de taula els moments que esperen que comenci alguna activitat.

OBJECTIUS:

- Desenvolupar l'esperit constructiu, la imaginació…
- Fomentar la socialització.
- El joc genera un aprenentatge involuntari i una activitat cognitiva implícita.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys i les seves parelles o menors amb una discapacitat que els permeti fer l'activitat de forma autònoma.

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Cristina Maura
971 61 67 95
mcmaura@imas.conselldemallorca.net

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Complir els requisits del perfil de l'usuari.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:

Son Bru (SPAP)

ADREÇA:

Ctra. de Nova Estellencs, 1

TELÈFON:

971 61 67 95

1.39. Sa Pobla

Sa Pobla

Població: 13.475 habitants
2.232 persones de més de 64 anys[39]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:

Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[39] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Sa Pobla

Tipologia: Activitat física/Benestar Emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta Saludable Centre de Salut Torrent de Sant Miquel

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu propi entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup, contribuint a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, millorant així la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca
Atenzia

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971540410

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Torrent de Sant Miquel

ADREÇA:
C/ Traginers, 119

TELÈFON:
971540410

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

Municipi: Sa Pobla

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Sa Pobla

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.40. Sant Joan

Sant Joan

Població: 2.108 habitants
518 persones de més de 64 anys[40]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[40] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Sant Joan

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Sant Joan

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.41. Sant Llorenç des Cardassar

Sant Llorenç des Cardassar

Població: 8.431 habitants
1.370 persones de més de 64 anys[41]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[41] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Sant Llorenç des Cardassar

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de Majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Sant Llorenç des Cardassar

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.42. Santa Eugènia

Santa Eugènia

Població: 1.561 habitants
278 persones de més de 64 anys[42]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[42] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Santa Eugènia

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de Majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Santa Eugènia

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.43. Santa Margalida

Santa Margalida

Població: 12.485 habitants
1.946 persones de més de 64 anys[43]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[43] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Santa Margalida

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de Majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Santa Margalida

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.44. Santa Maria del Camí

Santa Maria del Camí

Població: 7.375 habitants
1.176 persones de més de 64 anys[44]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[44] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Santa Maria del Camí

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Santa Maria

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en l'entorn mitjançant la practica d'acitvitat fisica en grup. Reforcen el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i milloren la salut de tota la comunitat

OBJECTIUS:
-Fomentar la socialització del veïns mitjançant la practica d'acitvitat física
-Fomentar l'activitat física
-Millorar la salut de la comunitat

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Anneke Riera / Miquel Niell
971140314 / 971620131
abriera@ibsalut.caib.es

PERFIL D'USUARI: Població en general. Especialment les persones amb factor de risc cardiovascular o amb patologia crònica que no presentin cap impediment per practicar activitat física.

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Zona bàsica de salut Santa Maria

ADREÇA:
Plaça Nova, 1

TELÈFON:
971140314

Municipi: Santa Maria del Camí

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Santa Maria del Camí

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Taller de cuidadors/cuidadores

DESCRIPCIÓ:
Tallers adreçats a cuidadors que estan cuidant a una persona en situació de dependència

OBJECTIUS:
Donar eines als cuidadors per dur a terme les necessitats dels pacients en quant a higiene, alimentació, afectivitat. Relaxació, ergonimia, temps lliure.

PERFIL D'USUARI:
Cuidadors no professionals

DURADA: Anual

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Cati Soler, Yolanda Cros
Tel. 971140314
csoler@ibsalut.caib.es /
ycros@ibasalut.caib.es

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Captació des del centre de salut, fundació de la dependència, serveis socials municipals i IMAS

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Santa Maria

ADREÇA:
Plaça Nova, 1

TELÈFON:
971140314

Municipi: Santa Maria del Camí

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.45. Santanyí

Santanyí

Població: 12.237 habitants
2.183 persones de més de 64 anys[45]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:

Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[45] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Santanyí

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Unitat Bàsica de Cala d'Or, Santanyí

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable d'infermeria
Tel. 971658003

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
Unitat Bàsica de Cala d'Or, Santanyí

ADREÇA:
C/ Baixada de Cala Llonga, 10

TELÈFON:
971658003

Municipi: Santanyí

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de desenvolupament personal i cicle vital

DESCRIPCIÓ:
El programa planteja un conjunt de coneixements, tècniques i habilitats psicoemocionals. Es treballen temàtiques com: les motivacions, el control sobre la pròpia vida, planificar i gestionar el temps, prendre decisions, pensar en positiu, les relacions i donar-se permís.

OBJECTIUS:
- Promocionar els valors de dignitat i autonomia al llarg del procés d'envelliment.
- Promoure el coneixement i l'aplicació d'estratègies per contribuir al creixement i desenvolupament personal.
- Afavorir la reflexió sobre èxits amb significat i valor per desenvolupar el projecte de vida de les persones.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Associació de Gent Gran de Santanyí

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Santanyí

Tipologia: estimulació cognitiva / benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Itinerari de salut i benestar

DESCRIPCIÓ:
Itinerari de salut que es composa de 7 tallers que tracten diversos temes i donen pautes per gaudir d'un envelliment saludable i potencien l'autonomia personal: despertar amb un somriure, activa't, menys dolor més vida, alimenta el teu benestar, en forma, entrena i exercit@lament.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal d'aquests tallers és facilitar a les persones grans les eines necessàries per promoure'n l'autonomia i millorar-ne el benestar.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense demència

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME

- Associació de Gent Gran de Santanyí

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Santanyí

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Santanyí

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de tecnologies de la informació i comunicació

DESCRIPCIÓ:
Formació per a gent gran en els diferents recursos que ens ofereixen les tecnologies de la informació, afavorint una inclusió i una participació social més grans.

OBJECTIUS:
Itinerari d'aprenentatge que vol dotar els participants d'eines que passen des de perdre la por al ratolí, fins a treballar amb programes d'edició de textos, retoc fotogràfic o participació en les xarxes socials.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME

- Associació de Gent Gran de Santanyí

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Santanyí

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Santanyí

Tipologia: voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Formacions de participació i voluntariat

DESCRIPCIÓ:
Itinerari formatiu per donar eines a la gent gran per desenvolupar tasques de voluntariat en l'entorn més proper. Es parteix sempre de les seves necessitats, inquietuds i disponibilitat.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal és promoure el desenvolupament i creixement personal mitjançant l'aplicació d'estratègies i recursos que ho afavoreixin.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME

- Associació de Gent Gran de Santanyí

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

1.46. Selva

Selva

Població: 4.014 habitants
751 persones de més de 64 anys[46]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[46] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Selva

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Selva

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i Suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.47. Sencelles

Sencelles

Població: 3.290 habitants
580 persones de més de 64 anys[47]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[47] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Sencelles

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Sencelles

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.48. Ses Salines

Ses Salines

Població: 4.960 habitants
903 persones de més de 64 anys[48]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:

Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[48] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Ses Salines

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Ses Salines

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.49. Sineu

Sineu

Població: 3.862 habitants
741 persones de més de 64 anys[49]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[49] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Sineu

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Sineu

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.50. Sóller

Sóller

Població: 13.705 habitants
2.738 persones de més de 64 anys[50]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[50] Dades Ibestat Padró 2017

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Sóller

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut Serra Nord, Sóller

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribueixen a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable d'infermeria
Tel. 971633011

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Serra Nord, Sóller

ADREÇA:
Camí des Camp Llarg, 18

TELÈFON:
971633011

Municipi: Sóller

Tipologia: benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de desenvolupament personal i cicle vital

DESCRIPCIÓ:
Aquest programa planteja un conjunt de coneixements, tècniques i habilitats psicoemocionals. Es treballen temàtiques com: les motivacions, el control sobre la pròpia vida, planificar i gestionar el temps, prendre decisions, pensar en positiu, les relacions i donar-se permís.

OBJECTIUS:
- Promocionar els valors de dignitat i autonomia al llarg del procés d'envelliment.
- Promoure el coneixement i l'aplicació d'estratègies per contribuir al creixement i desenvolupament personal.
- Afavorir la reflexió sobre èxits amb significat i valor per desenvolupar el projecte de vida de les persones.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Associació de Tercera Edat de Sóller

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Sóller

Tipologia: estimulació cognitiva / benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Itinerari de salut i benestar

DESCRIPCIÓ:
Itinerari de salut que es composa de 7 tallers que tracten diversos temes i donen pautes per gaudir d'un envelliment saludable i potencien l'autonomia personal: despertar amb un somriure, activa't, menys dolor més vida, alimenta el teu benestar, en forma, entrena i exercit@lament.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal d'aquests tallers é facilitar a les persones grans les eines necessàries per promoure'n l'autonomia i millorar-ne el benestar.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense demència

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Associació de Tercera Edat de Sóller
- Associació de Gent Gran del Port de Sóller

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Sóller

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Sóller

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Aula digital per a majors

DESCRIPCIÓ:
Espais de participació digital, que inclouen una formació amb la facilitació d'espais tutelats d'accés a internet perquè la informàtica esdevengui un recurs eficient, a més d'una eina de participació social.

OBJECTIUS:

- Oferir un espai de participació a les persones majors a través de les TIC.
- Disminuir la bretxa digital entre generacions.
- Millorar les condicions de vida.
- Prevenir el deteriorament cognitiu.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 55 anys

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs-taller presencial

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja amb la col·laboració de la Fundació Vodafone

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Associacions de tercera edat

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Prèvia inscripció a l'oficina de Creu Roja

ENLLAÇ WEB
http://www.fundacionvodafoneconlosmayores.com/

Municipi: Sóller

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Tallers de tecnologies de la informació i comunicació

DESCRIPCIÓ:
Formació per a gent gran en els diferents recursos que ens ofereixen les tecnologies de la informació, afavorint una inclusió i una participació social més grans.

OBJECTIUS:
Itinerari d'aprenentatge que intenta dotar els participants d'eines que passen des de perdre la por al ratolí, fins a treballar amb programes d'edició de textos, retoc fotogràfic o participació en les xarxes socials.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME

- Associació de Tercera Edat de Sóller

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

Municipi: Sóller

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament

DESCRIPCIÓ:
Activitats per a persones que estiguin en situació de soledat, que no tinguin una xarxa social ampla.

OBJECTIUS:

- Millorar la qualitat de vida de les persones grans amb escassa o nul·la xarxa social.
- Millorar les relacions socials de les persones grans el l'entorn proper i comunitari.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys en situació de soledat.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971295000/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

DURADA: Puntual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Mitjançant valoració tècnica

Municipi: Sóller

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Acompanyament a gestions

DESCRIPCIÓ:

Acompanyament al metge o altres gestions, a persones majors de 65 anys, per part de persones voluntàries, amb vehicles subvencionats per IRPF.

OBJECTIUS:

- Augmentar la capacitat de dur a terme activitats bàsiques i instrumentals de la vida quotidiana.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys, amb dificultats de mobilitat, que necessita acompanyament.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot sol·licitar informació per telèfon.

Municipi: Sóller

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Mobilització de la persona des del seu domicili al carrer amb un aparell salvaescales i el suport de personal voluntari.

OBJECTIUS:

- Superar barreres arquitectòniques

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys amb cadira de rodes, que no tenen ascensor al docmicili.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Sol·licitud al punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja. També es pot sol·licitar informació per telèfon.

Municipi: Sóller

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Lliurament de productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Lliurament de productes de suport (caminadors, bastons, llits, cadires de rodes i grues) perquè la persona gran pugui continuar fent activitats de la seva vida diària.

OBJECTIUS:

- Possibilitar fer les activitats bàsiques i instrumentals de la vida diària.

PERFIL D'USUARI:
Persones majors de 65 anys que necessitin productes de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Juan Carlos Ballesteros Nielsen
Tel. 971 29 50 00/ 29479
jubani@cruzroja.es

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Persones majors de 65 anys, amb pocs recursos econòmics, prèvia valoració.

Municipi: Sóller

Tipologia: prevenció d'accidents

RECURS/ACTIVITAT:

Assessorament productes de suport

DESCRIPCIÓ:
Informació sobre la utilitat dels productes de suport, els beneficis d'usar-ne i com fer-ho correctament.

OBJECTIUS:

- Prevenir lesions o que s'agreugin.
- Afavorir l'autonomia i evitar la dependència el màxim de temps possible.
- Millorar la qualitat de vida

PERFIL D'USUARI:
Persones que necessitin productes de suport.

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Elizabeth Gutiérrez Ventura
Tel. 971295000/ 29479
elguel@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Punt d'atenció de l'oficina de Creu Roja
- Telèfon d'informació

Municipi: Sóller

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Formació per a cuidadors no professionals

DESCRIPCIÓ:
Activitats adreçades a proporcionar eines que facilitin el maneig de la situació de cura d'una persona gran en situació de dependència.

OBJECTIUS:
Millorar la capacitat de la persona cuidadora per gestionar les cures de la persona dependent que tingui al seu càrrec.

PERFIL D'USUARI:
Persones de qualsevol edat amb necessitat de millorar les competències tècniques i personals necessàries per fer-se càrrec d'una persona gran dependent.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DURADA: Semestral

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:
- Dependències Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Amb entrevista i valoració personal prèvia`.

Municipi: Sóller

Tipologia: suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Respir familiar

DESCRIPCIÓ:

Substitucions de la persona cuidadora durant unes hores a la setmana, en la tasca de la cura de la persona dependent, per descarregarla del pes de dur a terme la cura, i possibilitar-li tenir temps per a activitats d'oci.

OBJECTIUS:

- Reduir la càrrega de la persona cuidadora, per poder mantenir la seva vida personal (dur una vida més autònoma, tenir hàbits saludables, participar activament en la societat, etc.).

PERFIL D'USUARI:

Persones de qualsevol edat amb sobrecàrrega per cuidar persones dependents.

DURADA: Anual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

ENTITAT ORGANITZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Dependències Creu Roja
- Domicili particular

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Amb entrevista i valoració personal prèvia.

Municipi: Sóller

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Sóller

Tipologia: voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Formacions de participació i voluntariat

DESCRIPCIÓ:
Itinerari formatiu per donar eines a la gent gran per poder desenvolupar tasques de voluntariat en l'entorn més proper. Es parteix sempre de les seves necessitats, inquietuds i disponibilitat.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal és promoure el desenvolupament i creixement personal mitjançant l'aplicació d'estratègies i recursos que ho afavoreixin.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANTIZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME

- Associació de Tercera Edat de Sóller
- Associació de Gent Gran del Port de Sóller

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

1.51. Son Servera

Son Servera

Població: 11.568 habitants
1.633 persones de més de 64 anys[51]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[51] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Son Servera

Tipologia: activitat física/benestar emocional

RECURS/ACTIVITAT:

Ruta saludable Centre de Salut de Son Servera

DESCRIPCIÓ:
Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup. Contribuexien a enfortir el teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física i millora la salut de tota la comunitat.

DURADA: Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:
Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

ENLLAÇ WEB
http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html

XARXES SOCIALS
#Rutessaludables

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Responsable infermeria
Tel. 971817045

LLOC ACTIVITAT / INFORMACIÓ RECURS:
CS Son Servera

ADREÇA:
C/ Pi gros, 20

TELÈFON:
971817045

Municipi: Son Servera

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pa·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Son Servera

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.52. Valldemossa

Valldemossa

Població: 1.969 habitants
416 persones de més de 64 anys[52]

Recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda (es poden consultar fent doble clic sobre l'enllaç):
-*Organitzats per Creu Roja*
-*Organitzats per l'Obra Social "la Caixa"*
-*Organitzats per l'Institut Mallorquí d'Afers Socials (IMAS)*
-*Organitzats per la Universitat Oberta per a Majors (UOM)*

[52] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Valldemossa

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Valldemossa

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

1.53. Vilafranca de Bonany

Vilafranca de Bonany

Població: 3.380 habitants
571 persones de més de 64 anys[53]

A les següents pàgines es poden consultar les activitats i recursos que s'ofereixen a aquest municipi.
Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia, cal fer doble clic sobre el següent enllaç:
Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

[53] Dades Ibestat Padró 2019

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Municipi: Vilafranca de Bonany

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de majors

DESCRIPCIÓ:

Espai comunitari on es treballa la promoció de l'autonomia mitjançant el desenvolupament de les habilitats emocionals i socials i l'estimulació cognitiva, millorant el benestar emocional de les persones grans i pal·liant situacions d'aïllament.

OBJECTIUS:

- Proporcionar més autonomia.
- Retardar les conseqüències de l'envelliment.
- Fomentar la integració social i l'autoestima de la persona major.
- Dotar de recursos personals per afrontar les dificultats associades al procés d'envelliment.
- Prevenir i pal·liar situacions de soledat i aïllament social.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

Municipi: Vilafranca de Bonany

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Programa d'intervenció i suport psicosocial

DESCRIPCIÓ:

Atenció directa a les persones majors o familiars cuidadors de persones dependents, en situació de risc psicosocial.

OBJECTIUS:

- Millorar l'adaptació al procés d'envelliment.
- Millorar l'adaptació al procés d'esdevenir cuidador d'un familiar dependent.
- Oferir alternatives relacionals i de capacitació.
- Realitzar una valoració psicosocial completa.
- Evitar o disminuir les situacions de risc.

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 60 anys o derivades dels serveis socials.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Sessions individuals

ENTITAT ORGANITZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Puntual

TELÈFON:

Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- A través dels grups d'estimulació cognitiva i familiars cuidadors organitzats per l'IMAS.

ENLLAÇ WEB

http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/103

2. Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda:

2.1. Organitzats per Creu Roja

A les pàgines següents s'inclouen les fitxes de més activitats i recursos organitzats per Creu Roja, a disposició dels municipis que els demanin. A més, als apartats del catàleg corresponents a cada municipi, se'n poden trobar més activitats i recursos organitzats per aquesta entitat específiques per al municipi.

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Tipologia: estimulació cognitiva

RECURS/ACTIVITAT:

Videoatenció

DESCRIPCIÓ:

Sessions programades d'estimulació cognitiva a través de la plataforma de videoatenció: des del centre d'atenció de Creu Roja un operador o operadora desenvolupa sessions individuals orientades a exercitar diverses àrees cognitives mitjançant un sistema de vidoconferència.

OBJECTIUS:

- Facilitar el desenvolupament i manteniment de les capacitats físiques, cognitives i relacionals de les persones grans, amb el suport de les noves tecnologies.
- Mantenir les capacitatrs intel·lectuals i prevenir el deteriorament cognitiu associat a l'edat.

PERFIL D'USUARI:

Persones grans o amb problemes de mobilitat i/o aïllament.
Persones amb deteriorament cognitiu lleu o moderat.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Taller per vidoconferència

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Chicosé Cubero
Tel. 971295000
fraculla@cruzroja.es

ENTITAT ORGANTIZADORA:

Creu Roja

LLOC ON ES DU A TERME:

- Domicili usuari

DURADA: Anual

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Informació al tel. 971 29 50 00 o en qualsevol assemblea local de Creu Roja. Es farà una valoració prèvia a l'accés.

ENLLAÇ WEB

http://www.cruzroja.es/teleasistencia/es/teleasistencia-videoatencion.html

Tipologia: noves tecnologies i suport al cuidador

RECURS/ACTIVITAT:

Web "Ser Cuidador"
i Telèfon gratuït cuidadors

DESCRIPCIÓ:
Sessions formatives, web monogràfica i servei gratuït d'atenció telefònica (900365110)

OBJECTIUS:

- Millorar la capacitat de la persona cuidadora per gestionar les cures de persones dependents.

PERFIL D'USUARI:
Persones amb necessitat de millorar les competències tècniques i personals necessàries per fer-se càrrec d'una persona gran dependent.

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Deyana Mihaylova Popova
Tel. 971 29 50 00/ 29482
demisa@cruzroja.es

DURADA:
Anual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Creu Roja

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Amb entrevista i valoració personal prèvia

ENLLAÇ WEB
http://www.sercuidador.org/

XARXES SOCIALS
Facebook, Twitter i Google+

2.2. Organitzats per l'Obra Social "la Caixa"

A la pàgina següent s'inclou la fitxa de les activitats i recursos organitzats per l'Obra Social "la Caixa" a disposició dels municipis els demanin:

Tipologia: voluntariat

RECURS/ACTIVITAT:

Formacions de participació i voluntariat

DESCRIPCIÓ:
Itinerari formatiu per donar eines a la gent gran per poder desenvolupar tasques de voluntariat en l'entorn més proper. Es parteix sempre de les seves necessitats, inquietuds i disponibilitat.

OBJECTIUS:
L'objectiu principal és promoure el desenvolupament i creixement personal mitjançant l'aplicació d'estratègies i recursos que ho afavoreixin.

PERFIL D'USUARI:
Persones grans sense dificultats cognitives.

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Curs

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Obra Social "la Caixa"
Tel. 902 22 30 40
www.obrasociallacaixa.org

ENTITAT ORGANITZADORA:
Obra Social "la Caixa"

DURADA: Trimestral

LLOC ON ES DU A TERME
- Llar de la tercera edat

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Es programen els diferents tallers de l'itinerari segons necessitats dels centres amb conveni amb l'Obra Social "la Caixa". Cal contactar amb els centres per consultar-ho.

ENLLAÇ WEB
https://obrasociallacaixa.org/ca/pobreza-accion-social/personas-mayores/en-un-vistazo

2.3. Organitzats per l'Institut Mallorquí d'Afers Socials, i pel mateix en coordinació amb la Conselleria de Salut i la Fundació d'Atenció i Suport a la Dependència i Promoció de l'Autonomia Personal

A les pàgines següents s'inclouen les fitxes de més activitats i recursos organitzats per l'IMAS i, pel mateix, en coordinació amb la Conselleria de Salut i la Fundació d'Atenció i Suport a la Dependència i Promoció de l'Autonomia Personal a disposició dels municipis que els demanin:

C/ del general Riera, 67, 07010 Palma
Tel: 971763325 (ext. 4126, 4128) Fax: 971760068

Tipologia: formació cuidadors no professionals

RECURS/ACTIVITAT:

Programa de familiars cuidadors

DESCRIPCIÓ:
Taller per a persones cuidadores no professionals: autocura i atenció a les persones depenents

OBJECTIUS:
-Rebre coneixements necessaris per poder acomplir la tasca de cuidador sense descuidar la seva pròpia cura i atenció personal. (Formar persones cuidadores requereix sensibilitat, una relació estreta amb la persona que s'ha de cuidar, paciència i gran fortalesa emocional. Implica que, en determinats moments, s'haginn d'enfrontar en situacions de soledat a actuacions i decisions per a les quals calen també uns coneixements i unes habilitats específiques. Perquè aquesta tasca pugui ser viscuda de manera satisfactòria per la persona cuidadora i no com una càrrega pesada, i perquè les persones en situació de malaltia o dependència siguin ateses amb qualitat.)

PERFIL D'USUARI:
Persones cuidadores captades des del centre de salut, la FBD i l'IMAS

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Taller

ENTITAT ORGANITZADORA:
IMAS, FBD i Ibsalut

LLOC INFORMACIÓ RECURS:
- Serveis socials municipals
- Centres comarcals IMAS

DURADA: Curs escolar

DADES DE CONTACTE:
IMAS: Palma: 971 763325/ Inca: 971 880216/ Manacor: 871986142
IbSalut: 971 175883
mcvidal@ibsalut.caib.es

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
- Serveis socials municipals
- Servei de Salut
- Professionals de la Secció de Promoció de l'Autonomia de l'IMAS.

ENLLAÇ WEB
http://www.imasmallorca.net/ca/unprograma/161

Tipologia: suport psicosocial

RECURS/ACTIVITAT:

Servei d'orientació, assessorament i informació a les persones grans

DESCRIPCIÓ:

És un servei gratuït per facilitar informació, orientació i assessorament a les persones grans de Mallorca

OBJECTIUS:

- Possibilitar que les persones grans de Mallorca adquireixin un major coneixement dels seus drets, per tal que els puguin exercir de forma autònoma i independent
- Facilitar información sobre les activitats i recursos adreçats a les persones grans de Mallorca
- Oferir assessorament i suport a les persones grans de Mallorca

PERFIL D'USUARI:

Persones majors de 65 anys residents a l'illa de Mallorca

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

- Telefonant al 971 295972 o sol·licitant informació a través del correu electrònic informaciopersonesgrans@imas.conselldemallorca.net

ENTITAT ORGANTIZADORA:

IMAS

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Institut Mallorquí d'Afers Socials: C/ del general Riera 115, 07010

TELÈFON:

971 295972

2.4. Organitzats per l'Universitat Oberta per a Majors

A la pàgina següent s'inclouen les fitxes de més activitats i recursos organitzats per la UOM a disposició dels municipis que els demanin:

Tipologia: formació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

La UOM als pobles de Mallorca

DESCRIPCIÓ:
Programa de cinc conferències, de temes diversos, impartit per professorat i investigadors de la UIB, que es du a terme a diveros municipis de Mallorca. El programa vol millorar els coneixements d'aquest sector de la població i també la qualitat de vida.

OBJECTIUS:
Apropar el coneixement i la nostra cultura a tots els indrets de la nostra illa.

PERFIL D'USUARI:
- A partir de 50 anys
- Amb estudis primaris

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:
Conferències presencials

PROCEDIMENT D'ACCÉS:
Inscripció al centre on es durà a terme la conferència.

DURADA: Puntual

ENTITAT ORGANITZADORA:
Unversitat Oberta per a Majors

LLOC ON ES DU A TERME:
Als municipis que volen participar al programa.

ENLLAÇ WEB
http://uom.uib.cat/prog_form/Mallorca/pobles/

XARXES SOCIALS
Facebook i Twitter

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:
Esperanza Díaz Manera
Tel. 971172445
uom@uib.cat

2.5. Organitzats pel Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears (COPPIB)

A les pàgines següents s'inclouen les fitxes de les activitats i recursos organitzats pel COPPIB a disposició dels municipis que els demanin:

Tipologia: formació/educació d'adults

RECURS/ACTIVITAT:

Lectura

DESCRIPCIÓ:

El Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears organitza una sèrie d'activitats, conferències i xerrades adreçats a associacions de persones grans amb l'objectiu de tractar temes actuals i d'interès per fomentar habilitats que afavoreixen el seu desenvolupament:

- "Gloria Fuertes : és o no és una bona poeta?"
- "El llibre de les bèsties de Ramon Llull"
- "Els aucells en la cultura popular mallorquina"
- "Els primers llibres d'una vida"
- "El meu arxiduc: Verne, aucells i una mosca"
- "Caminar, per què? De la passejada a llegar i pensar sobre passejar"

OBJECTIUS:

- Revifar l'interès per la lectura
- Mantenir viu l'interès per diversos tipus d'obres i escriptors

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Conferències presencials

DURADA: Puntual

COL·LEGI OFICIAL DE PEDAGOGIA i PSICOPEDAGOGIA DE LES ILLES BALEARS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Les associacions de persones grans dels municipis que volen participar al programa han de sol·licitar la participació al correu coppib@pedagogia.top

ENTITAT ORGANITZADORA:

Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears

LLOC ON ES DU A TERME:

Als espais que disposin les associacions de persones grans dels municipis que volen participar al programa.

ENLLAÇ WEB

www.pedagogia.top

XARXES SOCIALS

twitter: @COPPIB
facebook: Pedagogia Psicopedagogia Illes Balears Coppib

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Pep J. Quetglas Mas
Tel. 971 77 44 57 - 607 369 469
coppib@pedagogia.top

Tipologia: intergeneracional

RECURS/ACTIVITAT:

Comunicació Intergeneracional

DESCRIPCIÓ:

El Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears organitza una sèrie d'activitats, conferències i xerrades adreçats a associacions de persones grans amb l'objectiu de tractar temes actuals i d'interès per fomentar habilitats que afavoreixen el seu desenvolupament:

- "Com fer de padrins i padrines en l'actualitat?"
- "Relacions personals en l'edat adulta"
- "Quines feines podran fer els nostres néts i netes?"

OBJECTIUS:

- Facilitar habilitats i estratègies per a fer-se'n càrrec de la cura dels nets i netes, evitar les conflictes familiars i gestionar les crisis.
- Dotar a les persones grans de noves estratègies per a relacionar-se d'una forma sana i sense prejudicis
- Ajudar a entendre el món canviant

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Conferències presencials

ENTITAT ORGANITZADORA:

Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears

COL·LEGI OFICIAL DE PEDAGOGIA i PSICOPEDAGOGIA DE LES ILLES BALEARS

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Les associacions de persones grans dels municipis que volen participar al programa han de sol·licitar la participació al correu coppib@pedagogia.top

DURADA: Puntual

LLOC ON ES DU A TERME:

Als espais que disposin les associacions de persones grans dels municipis que volen participar al programa.

ENLLAÇ WEB

www.pedagogia.top

XARXES SOCIALS

twitter: @COPPIB
facebook: Pedagogia Psicopedagogia Illes Balears Coppib

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Pep J. Quetglas Mas
Tel. 971 77 44 57 - 607 369 469
coppib@pedagogia.top

Tipologia: noves tecnologies

RECURS/ACTIVITAT:

Noves tecnologies

DESCRIPCIÓ:

El Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears organitza una sèrie d'activitats, conferències i xerrades adreçats a associacions de persones grans amb l'objectiu de tractar temes actuals i d'interès per fomentar habilitats que afavoreixen el seu desenvolupament:

- "Per a què serveix això d'Internet?"
- "El mòbil serveix per més coses que per telefonar"

OBJECTIUS:

- Facilitar l'ús de les noves tecnologies

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Conferències presencials

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Les associacions de persones grans dels municipis que volen participar al programa han de sol·licitar la participació al correu coppib@pedagogia.top

COL·LEGI OFICIAL DE PEDAGOGIA i PSICOPEDAGOGIA DE LES ILLES BALEARS

DURADA: Puntual

ENTITAT ORGANITZADORA:

Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears

LLOC ON ES DU A TERME:

Als espais que disposin les associacions de persones grans dels municipis que volen participar al programa.

ENLLAÇ WEB

www.pedagogia.top

XARXES SOCIALS

twitter: @COPPIB

facebook: Pedagogia Psicopedagogia Illes Balears Coppib

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Pep J. Quetglas Mas

Tel. 971 77 44 57 - 607 369 469

coppib@pedagogia.top

Tipologia: oci i temps lliure

RECURS/ACTIVITAT:

Com organitzar-nos i el temps lliure

DESCRIPCIÓ:

El Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears organitza una sèrie d'activitats, conferències i xerrades adreçats a associacions de persones grans amb l'objectiu de tractar temes actuals i d'interès per fomentar habilitats que afavoreixen el seu desenvolupament:

- "Com fer que el temps ens reti?"
- "Aprendre cada dia un poc més"
- Com ens podem plantejar objectius i complir-los?"
- "El temps lliure quan ja no fem feina"
- "Com poder fer funcionar millor l'associació"

OBJECTIUS:

- Facilitar l'ús de les noves tecnologies

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Conferències presencials

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

Les associacions de persones grans dels municipis que volen participar al programa han de sol·licitar la participació al correu coppib@pedagogia.top

COL·LEGI OFICIAL DE PEDAGOGIA i PSICOPEDAGOGIA DE LES ILLES BALEARS

DURADA: Puntual

ENTITAT ORGANITZADORA:

Col·legi Oficial de Pedagogia i Psicopedagogia de les Illes Balears

LLOC ON ES DU A TERME:

Als espais que disposin les associacions de persones grans dels municipis que volen participar al programa.

ENLLAÇ WEB

www.pedagogia.top

XARXES SOCIALS

twitter: @COPPIB
facebook: Pedagogia Psicopedagogia Illes Balears Coppib

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Pep J. Quetglas Mas
Tel. 971 77 44 57 - 607 369 469
coppib@pedagogia.top

2.6. Organitzats per la Conselleria de Turisme i Esports

A la pàgina següent s'inclouen les fitxes de més activitats i recursos organitzats per la UOM a disposició dels municipis que els demanin:

Tipologia: activitat física

RECURS/ACTIVITAT:

Esport per a tothom

DESCRIPCIÓ:

Programa que potència i fomenta la pràctica de l'exercici físic en l'àmbit familiar

OBJECTIUS:

Apropar el coneixement i la nostra cultura a tots els indrets de la nostra illa.

PERFIL D'USUARI:

Programa dirigit a persones adultes i famílies de Mallorca

TIPOLOGIA D'ACTIVITATS:

- Rutes al medi natural o aquàtic
- Fires i festes
- Caps de setmana esportius

PROCEDIMENT D'ACCÉS:

El programa es canalitza mitjançant ajuntaments, clubs esportius, associacions i centres educatius

DURADA: Puntual

DADES INFORMADOR DE CONTACTE:

Direcció Insular d'Esports
Tel. 971219719

3. Distribució tipologia d'activitats per municipi

	Activitat física	Activitat manual/artística	Alimentació	Benestar emocional	Estimulacio cognitiva	Formació/educació	Intergeneracional	Noves tecnologies	Oci i temps lliure	Prevenció i tractament d'adiccions	Prevenció d'accidents	Salut afectivo-sexual	Suport al cuidador	Suport psicosocial	Voluntariat
Alaró	X					X			X					X	
Alcúdia	X	X			X			X	X		X		X	X	
Algaida	X				X									X	
Andratx				X	X			X							X
Ariany					X									X	
Artà					X									X	
Banyalbufar					X									X	
Binissalem				X	X				X				X	X	
Búger	X				X			X						X	
Bunyola					X									X	
Calvià	X	X			X			X					X		
Campanet					X								X	X	
Campos	X			X	X			X						X	X
Capdepera	X		X	X	X			X	X		X		X	X	
Consell	X	X			X			X			X			X	
Costitx					X									X	
Deià	X								X						
Escorca															
Esporles	X				X									X	
Estellencs					X									X	
Felanitx	X	X		X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X
Fornalutx	X				X				X					X	
Inca	X			X	X			X	X		X		X	X	X
Lloret de Vistalegre					X									X	
Lloseta					X									X	
Llubí					X									X	
Llucmajor	X	X	X	X	X	X		X					X	X	X
Manacor	X	X		X	X	X	X	X	X		X		X	X	X
Mancor de la Vall	X				X									X	
Maria de la Salut					X									X	
Marratxí	X			X	X	X		X						X	
Montuïri					X									X	
Muro	X				X									X	
Palma		X	X	X	X	X	X	X	X		X		X	X	X
Petra	X	X	X												
Pollença	X				X									X	
Porreres					X									X	
Puigpunyent	X	X	X					X	X						
Sa Pobla					X									X	
Sant Joan					X									X	
Sant Llorenç des Cardassar					X									X	
Santa Eugènia					X									X	
Santa Margalida					X									X	
Santa Maria del Camí	X				X									X	
Santanyí	X			X	X			X						X	X
Selva					X									X	
Sencelles					X									X	
Ses Salines					X									X	
Sineu					X									X	
Sóller	X			X	X			X	X		X		X	X	X
Son Servera	X				X									X	
Valldemossa					X									X	
Vilafranca de Bonany					X									X	

Per accedir a la informació sobre altres recursos generals a disposició dels municipis que facin la demanda prèvia (columnes de color gris), cal fer doble clic sobre el següent enllaç:

Recursos/activitats a disposició dels municipis que en facin la demanda: