



Jagoten

2022

IBILALDI TERAPEUTIKOAK / PASEOS TERAPÉUTICOS

Ibilaldiak eta talde-dinamikak parke publikoetan. Jarduereak parte-hartzaileen arteko dinamikak sortuten dauz eta mugikortasun fisikoa eta motrizitatea, ongizate emozionala eta estimulazio kognitiboa eragiten dau.

Helburuak:

- Mendekotasuna prebenidutea.
- Bizi-kalitatea hobetutea.
- Gizarte-sareak sortutea.

Norentzat:

- Jagoleentzat eta mendekotasuna daukien pertsona helduentzat.
- Hauskortasun eta/edo zaurgarritasun egoeran dagozan pertsona helduentzat.

*Narriadura kognitiboa daukien pertsonak edo gurpil-aulkia behar dabenek laguntzaile batez etorri beharko dabe.

Paseos y dinámicas grupales en parques públicos que generen interacción entre sus participantes, fomenten la movilidad física y motricidad, el bienestar emocional y la estimulación cognitiva.

Objetivos:

- Prevenir la dependencia.
- Mejorar la calidad de vida.
- Crear redes sociales.

A quién va dirigido:

- Tanto a personas cuidadoras como a personas adultas con dependencia.
- A personas adultas en situación de fragilidad y/o vulnerabilidad.

*Las personas con deterioro cognitivo o en silla de ruedas deberán acudir con acompañante.



Mungia: Eguazteno / *Miércoles*. 10:00-11:00

Bakio: Hilaren lehenengo martitzena / *Primer martes de mes* 10:00-11:00

Meñaka: Hilaren lehenengo martitzena / *Primer martes de mes* 11:30-12:30

Arrieta: Hilaren lehenengo eguaztena / *Primer miércoles de mes* 10:00-11:00

Gamiz-Fika: Hilaren lehenengo eguena / *Primer jueves de mes* 10:00-11:00

Laukiz: Hilaren lehenengo eguena / *Primer jueves de mes* 11:30-12:30

Aldez aurretik izena emon behar da / *Es necesaria la inscripción previa*

Informazio gehiago behar izan ezker / *Para más información*

☎ 637.06.80.74 (Eider)



Gizarte Zerbitzuen Mankomunitatea
Mancomunidad de Servicios Sociales



ARRIETA



BAKIO



GAMIZ-FIKA



LAUKIZ



MEÑAKA



MUNGIA