# AREA DEL ADULTO MAYOR

A partir del día 01 de Octubre del 2024 se reactivaron los ejercicios al grupo de los adultos mayores, incorporando varios talleres. Ya que solo se contaba con actividad física y folclor, con el objetivo de brindar un mejor servicio para ayuda de nuestros adultos.

Actualmente contamos con la asistencia de 58-60 adultos mayores, quienes con mucha alegría participan de los diversos talleres que se imparten dentro de Casa Dia que es nuestro salón destinado para atención Adultos Mayores. Se impartieron 154 clases diferenciadas de activación psicomotriz, al año utilizando materiales como: aros, pelotas, palos, sillas y música, así como de igual manera 154 clases de yoga, talleres de charlas espirituales 12 impartidas por nuestro asesor espiritual, charlas y talleres psicológicos gerontológicos y nutricionales 15 durante el año. Ejercicios y Actividades que se realizan con el objetivo y nuestro propósito principal que es promover el bienestar físico, emocional, cognitivo y social de las personas mayores, a través de una programación variada de actividades que estimulen su participación activa, autonomía y calidad de vida mejor.

Donde cada actividad esta pensada y diseñada con un enfoque inclusivo y participativo reconociendo las habilidades, experiencias y dignidad de cada persona mayor. Además de sus beneficios para la salud, estas actividades fomentan el sentido de pertenencia, fortalecen redes de apoyo social y previene el aislamiento, contribuyendo así a un envejecimiento activo y saludable.

| CLASES IMPARTIDAS | PERSONAS QUE ASISTIERON |
|---|---|
| 308 MAS LOS TALLERES IMPARTIDOS DURANTE ESTE AÑO | 58 |