

Actividad Física y Salud en los Centros de día para mayores de Gran Canaria y Tenerife



Actividad en Gran Canaria

■ Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física de Canarias
 ■ Sandra García Gutiérrez

El Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física en coordinación con la Dirección General de Bienestar Social del Gobierno de Canarias y la colaboración del Servicio Canario de Empleo, la Caja de Canarias y el Cabildo de Gran Canaria, han seleccionado según criterio del propio COLEF Canarias, los recursos humanos - Licenciados en Educación Física- para ofertar una amplia gama de actividades físico-recreativas destinadas a los socios de los centros de día para mayores de Gran Canaria y Tenerife, con el objeto de beneficiar física y mentalmente a esta población.

El proyecto se encuadra dentro de dos vertientes:

1. Actividades de desarrollo cultural.
2. Actividades relacionadas con la sanidad, el consumo y la calidad de vida.

En principio el proyecto se ha centrado en las dos islas capitalinas para hacer una primera aproximación a esta realidad y poder desarrollarlo posteriormente en el resto de las islas.

OBJETIVOS.

El principal objetivo de este proyecto es el posibilitar, a través de un programa de entrenamiento adecuado, que la persona sea capaz de llevar una vida cotidiana independiente y autónoma.

Las actividades a realizar en los centros de día para mayores están orientadas a evitar el envejecimiento, y a que la persona pueda disfrutar de un pleno estado de placer y bienestar, así como a conservar una situación de total autonomía tanto física como mental.

TIPO DE ACTIVIDADES PROPUESTAS

Las actividades propuestas son actividades recreativas, gratificantes, integradoras, de fácil comprensión y realización y centradas en sus intereses y necesidades, prestando especial cuidado a la intensidad, duración y frecuencia.

El hecho de que este proyecto se lleve a cabo por personal capacitado y cualificado -Licenciados en Educación Física- ha sido uno de los motivos que ha llevado a la Dirección General de Bienestar Social a confiar plenamente en este proyecto, además del número de personas que se beneficiarían del mismo, que asciende aproximadamente a unas 600.

La originalidad del Proyecto se ve reflejada en la gran predisposición de colaboración por parte de la Dirección General mencionada y de la dirección de los centros de día para mayores de las dos islas capitalinas, que desde que conocieron el proyecto no han dejado de mostrar su interés y perseverancia para que se lleve a cabo, mostrando un alto nivel de colaboración para que salga adelante.

El actual Proyecto "Actividad Física y Salud en los centros de día para mayores de Gran Canaria y Tenerife", con un plazo inicial de duración hasta junio del 2009, pretende su continuación bajo cobertura de futuras convocatorias del SCE, y la posibilidad de ampliarse a otras islas. Para ello es necesario que las instituciones insulares de estas islas también se impliquen.



Actividad en Tenerife