



# Abla Viva con las personas mayores

Abla, 1 de octubre de 2021



## 01. Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estableció un marco político-social que pretendía promover el envejecimiento activo y la salud en la II Asamblea Mundial de las Naciones Unidas, celebrada en Madrid en 2012 donde se fijaron como objetivos primarios de la vejez fomentar el bienestar físico, mental y social de las personas mayores optimizando las oportunidades de participación, salud y seguridad dentro de su comunidad con el fin de mejorar la calidad de vida y alcanzar una experiencia positiva durante esta etapa vital.

El envejecimiento demográfico mundial supone un nuevo reto para las demandas sociales vinculadas al sector, apareciendo nuevas necesidades que cubrir en la población. El mejor estado de salud que presentan nuestros mayores actualmente, hace posible tener una participación continua en las dimensiones sociales, culturales, económicas, espirituales y cívicas permitiéndoles ejercer un rol funcional dentro de ellas.

## 02. Objetivos

- **Cubrir necesidades formativas.**
- **Difundir, ampliar y actualizar el conocimiento** de la cultura.
- **Favorecer** el desarrollo de habilidades y valores de las personas mayores.
- **Proporcionar** un espacio de intercambio de conocimientos.
- **Fomentar** el acceso a los bienes culturales del municipio.
- **Favorecer** la relación y el intercambio entre las diferentes asociaciones y juntas vecinales.
- **Proponer** la puesta en marcha de un **archivo etnográfico**.
- **Comunicar y difundir** los resultados y los productos.

## 03. Universidad de Intercambio de la Sabiduría

### A) BLOQUE EDUCATIVO / CULTURAL

- **Historia**
  - Taller Histórico Ábula romana.
- **Derecho / Sucesiones**
- **Geografía comarcal**
  - Sendas y puntos de interés.
- **Música / Folclore**
  - Taller de recuperación del cancionero popular. Seguidillas de Abla.
  - Taller de recetas antiguas.
  - Taller de artes y oficios.

### B) BLOQUE ABLA SALUDABLE

- **Promoción de la salud física**
  - Taller de prácticas deportivas.
  - Circuito biosaludable.
- **Promoción de la salud mental positiva**
  - Taller de bienestar psicológico.

### C) BLOQUE AIRE LIBRE

- Taller de ejercicio al aire libre.
- Sendas culturales y recreativas.
- Taller de jardinería intergeneracional y paisajismo.





**UAltransfer**<sup>E</sup>



UNIVERSIDAD  
DE ALMERÍA

**Grupo de Investigación**

Intervención Psicológica en  
Desarrollo, Educación y Orientación

**HUM  
498**



UNIVERSIDAD  
DE ALMERÍA

Facultad de Ciencias de  
la Educación

MÁS INFORMACIÓN EN

[www.abla.es](http://www.abla.es) y en [www.crecimientohumano.com](http://www.crecimientohumano.com)