



A área de Maiores do departamento de Servizos Socias do Concello de Verín programa, para os meses de novembro e decembro, a realización do proxecto “Anos cumpridos” para as persoas maiores de 65 anos das diferentes localidades do municipio de Verín.

Envellecer asóciase ás "perdas" máis que ás "ganancias", sen embargo, non é de todo certo, xa que as posibilidades de desenrolo humano danse ata o remate da vida. Vellez e idade asóciase pero o concepto de idade é máis amplo, existindo unha idade funcional, cronolóxica ou biolóxica sempre en interacción. Neste proceso vital como é a etapa do envellecemento, ao falar de idade estamos a referirnos o concepto de funcionalidade xa que este concepto escapa os límites de aprendizaxe. O funcionamento do noso organismo debemos visualizalo dende varias vertentes: a psicolóxica, a social ou a biolóxica, todos interactuando entre si. Tendo en conta que a esperanza de vida é cada vez maior e en consecuencia, maiores son os recursos que se deben ofertar para as persoas maiores, que a pesares da súa avanzada idade, aínda non presentan ningún grao de dependencia. Por este motivo, é necesario por en marcha proxectos sociais como o de “Anos cumpridos”, que promocionen un envellecemento con calidade ou o chamado envellecemento saudable.

Os obxectivos deste proxecto, enmarcado dentro do programa de Envellecemento Activo, son fomentar a autonomía e contribuír a atrasar perdas motrices, sensoriais e cognitivas, promover un xeito de vivir activo e participativo orientado ó desenrolo da autonomía persoal, alentar un compromiso coa vida activa, optimizar as capacidades cognitivas, motrices e sensoriais, mellorar habilidades de relación prosocial e comunicación, potenciar capacidades residuais da persoa maior nas áreas físicas, de relación e natureza motivacional; impulsar a participación dos maiores nos recursos comunitarios, reforzar a saúde, previr e intervir nos estados emocionais complicados relacionados coa súa etapa vital e proporcionar apoio e asesoramento aos coidadores informais a cargo de persoas con certo grado de dependencia funcional. Todo co fin de transmitir un envellecemento con calidade e un concepto de saúde coma algo dinámico e facer unha avaliación positiva das potencialidades.

As cuestións de promoción da saúde, autonomía, área cognitiva, vida afectiva e emocional, actividade física, atención e apoio ao familiar coidador se desenvolverán a partir de técnicas

asentadas na asertividade, participación e comunicación precisos, alternando unha pedagogía participativa. Por este motivo este proxecto, que se inicia o vindeiro 04 de novembro en Feces de Abaixo, se asentará en dinámicas grupais, exposición de textos reflexivos e técnicas de debate de contidos teórico-prácticos.