



Mayores felices con el proyecto “A Mover los Años”

Tuvieron una actividad en la Playa Artificial El Salitre, gracias a iniciativa del Hospital de Tocopilla



LAS PERSONAS MAYORES Y PROFESIONALES DEL HOSPITAL VALORAN MUCHO ESTA INICIATIVA.

Pablo Mamani Prado
La Estrella

Con el objetivo de promover el autocuidado y la vinculación con el entorno de las personas mayores de Tocopilla, es que el Hospital de la Familia y Comunidad Marcos Macuada realizó una nueva actividad en el

marco del proyecto “A Mover los Años”.

La Playa Artificial El Salitre fue el lugar para que, en este caso, los usuarios del Centro Diurno Comunitario (CDC) participaran en diversas iniciativas para promover el llamado envejecimiento activo.

En la jornada, las personas mayores disfrutaron

de aromaterapia con Just un poco de yoga con Claudia Martínez de Kai Tour, y de masoterapia integral de parte de la profesional Nicole Alegría.

A su vez, el Equipo de Promoción del Hospital de Tocopilla, compuesto por matrona, nutricionista, odontóloga, trabajadora



FOTOS CEDIDAS

LA CLASE DE YOGA INTEGRAL DE “KAI TOUR” DEJÓ MUY RELAJADOS A LOS PARTICIPANTES.

60

personas, en promedio, han participado de las actividades de este programa, desde junio.

lud mental, pudo solucionar las dudas de la comunidad y, a su vez, difundir los alcances de estos programas del centro de salud.

A MOVER LOS AÑOS

Esta es un proyecto del programa de Alzheimer y Otras Demencias, junto al de Adulto Mayor, del Hospital de la Familia y Comunidad Marcos Macuada, el cual es financiado por el Servicio de Salud Antofagasta a través de iniciativas locales para la participación comunitaria en la Atención Primaria de Salud (APS).



EL EQUIPO DE PROMOCIÓN DEL HOSPITAL DIJO PRESENTE.

sociales y comunitarias de Tocopilla se vincularon, especialmente las que tienen trabajo con personas mayores. Todo ello para promover el autocuidado, la autonomía y el envejecimiento activo de los vecinos mayores de 60 años.

Para ello se han desarrollado diversas actividades mensuales desde junio

do de índole artísticas, culturales y recreativas. Todo ello finalizará en diciembre con una ceremonia con todos los participantes del programa.

Estas instancias de participación ciudadana han congregado a cerca de 60 personas en cada actividad, las cuales han sido todo un éxito en el Puerto Sa-