

SC VITAL

L A R E V I S T A

Promoción de un envejecimiento activo y saludable de proximidad.



BOLETÍN #1



Santa Cruz de Tenerife
AYUNTAMIENTO

Instituto Municipal de
Atención Social

SC VITAL

Podium
EDICIÓN INTEGRAL

CONTENIDOS

BOLETÍN #1

00

SANTA CRUZ VITAL
Página 04



**PRESENTACIÓN
DEL PROGRAMA**
Página 09

01

LÍNEA
ACTIVA

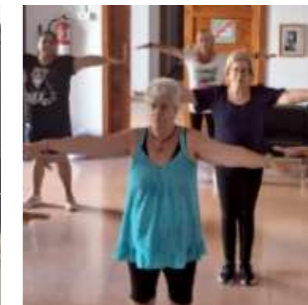
Página 10



02

LÍNEA
CUIDA

Página 12



03

LÍNEA
EMPODERA

Página 14



04

LÍNEA
TRANSFORMA

Página 25



05

**EL VALOR DE LAS
PERSONAS MAYORES**

Página 26



¿EN QUÉ CONSISTE SC VITAL?

Proyecto para la promoción de un envejecimiento activo y saludable de proximidad.

El proyecto se desarrolla desde el **Negociado de Mayores del Instituto Municipal de Atención Social.**

La empresa adjudicataria es **PODIUM Gestión Integral** compuesta por un equipo interdisciplinar.

¿A quién va dirigido?

- Personas de 60 o más años
- Asociaciones de Mayores
- Familiares y Personas Cuidadoras de personas mayores dependientes
- Los recursos y profesionales que trabajan con las personas mayores
- La ciudadanía en general

objetivos:



Este proyecto tiene 4 líneas de actuación:

LÍNEA ACTIVA

"Acciones para potenciar la participación activa"

- De las personas mayores
- De las Asociaciones de mayores
- De los grupos formados en los cinco distritos municipales

LÍNEA CUIDA

"Estilo de vida saludable"

- Desarrollo de Talleres de Bienestar
- Apoyo personalizado con intervenciones individualizadas de apoyo psicosocial y socioeducativo

LÍNEA EMPODERA

"Contribución y Aprendizaje"

- Desarrollo de Talleres Socioeducativos
- Desarrollo de Charlas Socioeducativas
- Realización de actividades Socioeducativas culturales e intergeneracionales
- Excursiones de interés cultural, ambiental o lúdico festivo
- Actividades extraordinarias

LÍNEA TRANSFORMA

"Sensibilización social y Difusión Imagen positiva del Envejecimiento"

- Realización de un informe sobre la percepción de la ciudad y buen trato a las personas mayores
- Realización y difusión de Campañas de sensibilización
- Elaboración y difusión de Boletines informativos

**"ACTIVA,
CUIDA,
EMPODERA Y
TRANSFORMA"**

EVENTO PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA SANTA CRUZ VITAL

22 DE MARZO DE 2023

SC♥ITAL



El Alcalde y la Concejala de Atención Social dan la bienvenida a las personas mayores participantes al Programa Santa Cruz Vital, deseando contribuya a la mejora de su calidad de vida y bienestar y agradeciendo la contribución que realizan al municipio. Se realizaron talleres de bailoterapia en un ambiente festivo en el que participaron unas 200 personas mayores de todos los distritos municipales.



LÍNEA ACTIVA

FORMACIÓN Y DINAMIZACIÓN DE 97 GRUPOS DE PERSONAS MAYORES EN TODOS LOS DISTRITOS DE LA CIUDAD

Entre los meses de marzo y septiembre de 2023 se han formado un total de 70 grupos de personas mayores que realizan **Talleres de Bienestar** dentro de la **Línea Cuida** y 27 grupos de **Talleres Socioeducativos** dentro de la **Línea Empodera**.



70 GRUPOS PARTICIPAN EN TALLERES DE BIENESTAR

- 35 grupos que realizan actividad física adaptada
- 35 grupos que realizan estimulación cognitiva / emocional

6 Grupos en el Distrito Centro- Ifara: Acote, TEA 1, TEA 2, PISACA 1, PISACA 2 y Viudas.

6 Grupos en el Distrito Salud- La Salle: Chapatal 1, Chapatal 2, Maya 2, San Gerardo, Ruymán y Don Quijote.

8 Grupos en el Distrito Suroeste: 7 Islas, La Roseta, La Siembra, Tincer San Albino, El Columbrete, El Pilarito, Sueños del Teide y Maya 1.

6 Grupos en el Distrito Anaga: La Alegría, Valleseco, María Jiménez, Roque Negro, Igueste de San Andrés y San Andrés.

9 Grupos en el Distrito Ofra-Costa Sur: Fray Escoba, Ofra 1, Ofra 2, Brumas de Taburiente, Jariguo, Cubo de Galga, Somosierra Activa, Acentejo y Timanfaya.

27 GRUPOS PARTICIPAN EN TALLERES SOCIOEDUCATIVOS

Nuevas Tecnologías, Bailoterapia, Prensa, Manualidades, Refuerzo de la Memoria, Gimnasia Adaptada / Aquagym en la playa.

1 Grupo en el Distrito Centro - Ifara: Acote: Nuevas Tecnologías.

1 Grupo en el Distrito Salud- La Salle: San Gerardo: Refuerzo de la Memoria y Manualidades.

11 Grupos en el Distrito Suroeste: La Roseta: 1h de Prensa / TICS, Nuevas Tecnologías, Jose Luis de Olmo, La Era y El Trigo, El Pilarito, El Columbrete y Maya 1.

6 Grupos en el distrito Anaga: El Suculum, M^a Jiménez, Los Campitos.

6 grupos en el distrito Ofra Costa Sur: Cubo de Galga, Timanfaya, Yanira y Reina.

2 grupos en la playa de todos los distritos: Gimnasia actividad física adaptada en la playa de Las Teresitas.

TOTAL DE PERSONAS MAYORES INSCRITAS DE MARZO A AGOSTO: 817

LÍNEA CUIDA

1. TALLERES DE BIENESTAR Y SALUD PARA FOMENTAR UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE.



- TALLER SEMANAL DE ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA
- TALLER SEMANAL DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y BIENESTAR EMOCIONAL



2. APOYO SOCIAL, PSICOLÓGICO Y EDUCATIVO PERSONALIZADO TANTO EN DOMICILIO COMO EN ENTORNO CERCANO PARA AQUELLAS PERSONAS DEL PROGRAMA SANTA CRUZ VITAL QUE LO PRECISEN.



LÍNEA EMPODERA

ACCIONES SOCIOEDUCATIVAS PARA EL DESARROLLO DE FORTALEZAS, HABILIDADES Y CAPACIDADES.

PARTICIPACIÓN EN EVENTO MUNICIPAL "VIVE EL BLOQUE" INAUGURACIÓN DE LA PLAYA DE VALLESECO

18 DE MARZO DE 2023

Las personas mayores del distrito Anaga y otros distritos participaron en el evento "Vive El Bloque" ubicado en el barrio de Valleseco. Donde se desarrollaron diversos talleres intergeneracionales realizados en coordinación por varias áreas municipales.

En este evento participaron un total de 20 personas mayores de los diferentes distritos.



FERIA SOLIDARIA

REALIZADA POR EL INSTITUTO MUNICIPAL DE ATENCIÓN SOCIAL

03 DE ABRIL DE 2023



"SANTA CRUZ CON EL VOLUNTARIADO"

Las personas mayores de Santa Cruz Vital acudieron a la Feria de Voluntariado y pudieron conocer la labor solidaria que realizan diferentes entidades.

Participaron 184 personas mayores de todos los distritos municipales.



CONCIERTOS FOLCLÓRICOS EN ESPACIO LA RECOVA

EN COLABORACIÓN CON EL ORGANISMO AUTÓNOMO DE CULTURA DEL AYUNTAMIENTO DE SANTA CRUZ DE TENERIFE

18 y 25 DE ABRIL DE 2023



Las personas mayores disfrutaron de las actuaciones de la Asociación Folclórica Los Aceviños y de la Asociación Folclórica Orígenes Isleños.

En esta actividad participaron 120 personas mayores del proyecto.

TALLER DE ESCRITURA EN LA BIBLIOTECA MUNICIPAL CENTRAL DEL TEA

EN COLABORACIÓN CON EL ORGANISMO AUTÓNOMO DE CULTURA DEL AYUNTAMIENTO DE SANTA CRUZ DE TENERIFE

24 DE ABRIL 2023



Las personas mayores de Santa Cruz Vital acudieron a un taller de escritura creativa en la Biblioteca Municipal Central del TEA, un proyecto donde las artes, la escritura, las semejanzas y las diferencias se unen para dar lugar a algo mejor, a un lenguaje nuevo.

Participaron 6 personas mayores de todos los distritos municipales.

BAILE DE MAGOS DE SANTA CRUZ

EN COLABORACIÓN CON EL ORGANISMO AUTÓNOMO DE FIESTAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS

02 DE MAYO DE 2023



En total participaron 32 personas mayores del municipio.

CONCIERTO BANDA MUNICIPAL EN EL TEATRO GÜIMERÁ

25 DE MAYO DE 2023

Acudieron al concierto 109 personas mayores de todos los distritos disfrutando de una tarde estupenda de música.





EXCURSIONES AL PARQUE LAS MESAS

EN COLABORACIÓN CON LA FUNDACIÓN SANTA CRUZ SOSTENIBLE

[ENLACE A NOTICIA 1](#)

[ENLACE A NOTICIA 2](#)

La Fundación Santa Cruz Sostenible, en el marco de colaboración con Fundación CEPESA, ha organizado desde el pasado mes de marzo, los martes de cada semana, rutas guiadas en el entorno del parque de Las Mesas destinadas a las personas mayores de los distintos distritos del municipio de Santa Cruz de Tenerife.

Estas rutas guiadas han contado con la colaboración de la Federación Tinerfeña de Montaña y con el guía Vicente Infante Bonilla, con la interpretación de los recursos patrimoniales del propio parque y los puntos de interés que se pueden contemplar desde el parque como son en la vertiente norte y noreste todo el Macizo de Anaga, Reserva de la Biosfera y sus elementos más característicos que confirman su relieve y orografía.



Han participado 215 personas mayores del municipio que disfrutaron y aprendieron mucho de nuestro entorno natural.

EN TOTAL SE REALIZARON 7 EXCURSIONES AL PARQUE LAS MESAS. CUATRO EN EL MES DE ABRIL Y TRES EN EL MES DE MAYO.

'NOS PREPARAMOS PARA LA PLAYA'

CHARLAS DE PREVENCIÓN QUE SE REALIZARON PARA DISFRUTAR ADECUADAMENTE DE LOS TALLERES EN LA PLAYA DE LAS TERESITAS

MAYO DE 2023



CONTENIDOS:

- Explicación: días y horarios
- Beneficios de hacer deporte
- Cómo evitar lesiones al realizar deportes en la playa
- Precauciones al practicar deporte
- Consejos de prevención de caídas
- Ruegos y preguntas

La participación total en las 10 charlas realizadas por los 5 distritos del municipio fue de 145 personas mayores.

CHARLAS SOBRE EL PROYECTO SANTA CRUZ VITAL

CHARLAS SOBRE EL PROYECTO PARA EXPLICAR EN QUÉ CONSISTE SC VITAL Y PARA ACTIVAR NUEVOS GRUPOS Y TALLERES

25 DE MAYO DE 2023



En el distrito Anaga: los grupos del Suculum y Los Campitos.
En el distrito Suroeste los grupos son: La Era y el Trigo y Jose Luis de Olmo.
En el distrito Ofra-Costa Sur los grupos de Yanira y Reina.

La participación total en las seis charlas realizadas fue de 45 personas mayores.

LAS TERESITAS ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA EN PLAYA

MAYO DE 2023

SE REALIZAN TALLERES SEMANALES CON PERSONAS DE TODOS LOS DISTRITOS DEL MUNICIPIO.



La actividad física en la playa tiene múltiples beneficios para la salud.

LÍNEA TRANSFORMA SENSIBILIZACIÓN SOCIAL Y DIFUSIÓN

En el programa Santa Cruz Vital, la sensibilización social y la difusión son dos elementos primordiales. Por ello, se han llevado a cabo **dos campañas de sensibilización**, una sobre imagen positiva del envejecimiento y otra sobre la ciudad amigable y buen trato. Además, se ha elaborado **este boletín**, que tendrá carácter trimestral y un recopilatorio anual, al mismo tiempo que se ha redactado **un informe** que refleja la percepción de las personas mayores sobre diferentes aspectos del municipio.



EL VALOR DE LAS PERSONAS MAYORES

HISTORIA DE VIDA

La historia de vida de Ambrosio Rodríguez Hernández comienza en Anaga en 1939, año en el que nació. Su padre trabajaba en una finca en el Faro de Anaga y su madre era ama de casa. Con 30 años se mudó a vivir a San José de Suculum, siendo uno de los primero en habitar la zona. Al principio no había nada y tenían que cargar el material a hombros para poder construir sus casas.

Trabajó en la construcción y dedicó parte de su vida a los barcos en el muelle de Santa Cruz después, durante 25 años. Su trabajo como marinerero le permitió viajar por África, Italia, Grecia, todo el mediterráneo, Noruega, el Polo Norte, etc; en una época en la que costaba un follón sacarse el pasaporte. Eligió esta profesión porque le gustaban desde siempre los barcos. Se jubiló a los 53 años gracias a la ley que beneficiaba a los que habían sido marinereros por el duro trabajo al que habían sido sometidos.

En la creación y crecimiento de Suculum ha colaborado en todo, fomentando la participación en la Asociación de Vecinos y Mayores, llegando a ser una de las asociaciones más fuertes de Tenerife. La Asociación de Vecinos fue creada en 1963 y allí iban a tocar y a cantar con la parranda.

Ambrosio se casó con 18 años. Tiene 4 hijos, 2 nietos y 2 bisnietos. Durante la semana se levanta a las 6 de la mañana y recoge el pan. Le gusta entretenerse construyendo barcos, tocando el timble y elaborando cestas. Lo que más le hace feliz es comer, sobre todo pescado, y la playa de las Teresitas aunque ahora no pueda caminar mucho por ella.

Se considera buena persona. Le gusta ayudar a la gente. Atendió a su mujer hasta el final. El salón vecinal lleva el nombre de ella: Nazaria Álvarez Izquierdo.

Según sus compañeros de asociación y vecinos, él es un hombre de su casa, muy correcto, muy amable, padre de familia, muy viajado y con una mentalidad muy abierta.

Ambrosio considera que para que el mundo fuera mejor no tendría que haber ni guerras ni racismo.

A sus 84 años sigue acudiendo a abrir la Asociación de Mayores, participando en las actividades como el que más y fomentando que sus vecinas y vecinos no dejen de asistir. No en vano lo lleva escrito en su nombre, Ambrosio: el inmortal o divino.



Ambrosio