

SC VITAL

L A R E V I S T A

Promoción de un envejecimiento activo y saludable de proximidad.



BOLETÍN #3



Santa Cruz de Tenerife
AYUNTAMIENTO

Instituto Municipal de
Atención Social

SC VITAL

Podium
GESTIÓN INTEGRAL

CONTENIDOS

BOLETÍN #3

00

SANTA CRUZ VITAL
Página 04



**PRESENTACIÓN
DEL PROGRAMA**
Página 09

01

LÍNEA
ACTIVA

Página 8



02

LÍNEA
CUIDA

Página 10



03

LÍNEA
EMPODERA

Página 12



04

LÍNEA
TRANSFORMA

Página 27



05

**EL VALOR DE LAS
PERSONAS MAYORES**

Página 28

¿EN QUÉ CONSISTE SC VITAL?

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

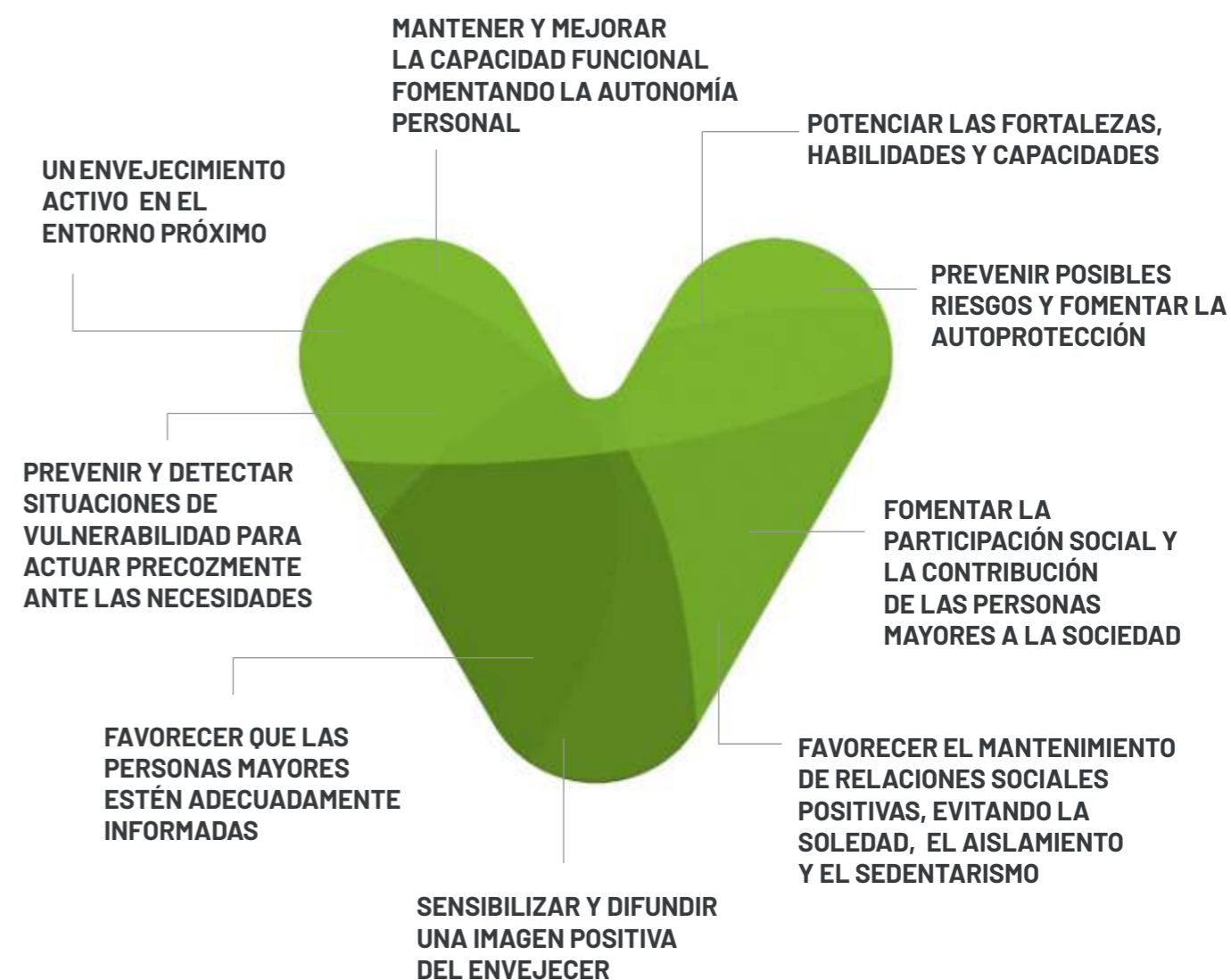
El proyecto se desarrolla desde el **Negociado de Mayores del Instituto Municipal de Atención Social.**

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"**

LÍNEA ACTIVA

Desde marzo de 2023 al 14 de marzo de 2024 se han desarrollado y dinamizado **109 grupos** de proximidad de personas mayores en la ciudad:

- **70 grupos** realizan **Talleres de Bienestar**, dentro de la **"Línea Cuida"**.
- **39 grupos** realizan **Talleres Socioeducativos**, dentro de la **"Línea Empodera"**.

En este cuarto trimestre se han activado **3 grupos nuevos más que realizan Talleres Socioeducativos**, dentro de la **"Línea Empodera"**.

LOS 3 NUEVOS GRUPOS QUE REALIZAN TALLERES SOCIOEDUCATIVOS SON

DISTRITO SALUD LA SALLE - FLORES DEL TEIDE: TEATRO



DISTRITO OFRA COSTA SUR - JUAN XXIII: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y REFUERZO DE MEMORIA



TALLER DE PRENSA Y NUEVAS TECNOLOGÍAS

Se han desarrollado Talleres de Prensa y Nuevas Tecnologías, y en este periodo tenemos un grupo nuevo que realiza este Taller en la Asociación Chapatal.

La participación ha sido de **24 personas mayores**.



70 GRUPOS PARTICIPAN EN TALLERES DE BIENESTAR

- **35 grupos** realizan **Actividad Física Adaptada**
- **35 grupos** realizan **Estimulación Cognitiva y Bienestar Emocional**

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

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

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

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

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

39 GRUPOS PARTICIPAN EN TALLERES SOCIOEDUCATIVOS

Nuevas Tecnologías, Bailoterapia, Prensa, Arteterapia, Refuerzo de Estimulación Cognitiva, Actividad Física Adaptada y Aquagym en la playa

1 Grupos en el Distrito Centro - Ifara: Acote: Nuevas Tecnologías. Biblioteca Municipal TEA: Prensa 1 y 2.

10 Grupos en el Distrito Salud- La Salle: San Gerardo: Refuerzo de la Memoria, Chapatal: Refuerzo de Memoria, Teatro, Nuevas Tecnologías y Prensa, Flores del Teide: Bailoterapia, Arteterapia, Teatro, Refuerzo de la Memoria y Juegos de Mesa..

10 Grupos en el Distrito Suroeste: La Roseta: Prensa y Nuevas Tecnologías, La Era y El Trigo: Bailoterapia y Refuerzo de Memoria, El Pilarito: Arteterapia y Memoria Práctica/ Psicomotricidad, El Columbrete: Arteterapia y Refuerzo de Memoria, Maya 1: Refuerzo de Memoria y Aquagym.

8 Grupos en el Distrito Anaga: El Suculum: Bailoterapia y Refuerzo de Memoria, Mª Jiménez: Arteterapia y Bailoterapia, Los Campitos: Bailoterapia y Refuerzo de Memoria, San Andrés: Bailoterapia y Refuerzo de Memoria.

8 grupos en el Distrito Ofra Costa Sur: Cubo de Galga: Arteterapia, Timanfaya: Nuevas Tecnologías, Yanira: Bailoterapia y Refuerzo de Memoria, Reina: Bailoterapia y Refuerzo de Memoria, Juan XXIII: Acondicionamiento Físico Adaptado y Refuerzo de Memoria.

2 grupos en la Playa de todos los Distritos: Actividad Física Adaptada y Aquagym en la playa de Las Teresitas

DEL 15 DE MARZO DE 2023 AL 14 DE MARZO DE 2024, PRIMER AÑO, SE HAN INSCRITO UN TOTAL DE 1.619 PERSONAS MAYORES EN EL PROGRAMA SANTA CRUZ VITAL

LÍNEA CUIDA

ESTILO DE VIDA SALUDABLE

1. CONTINUAMOS CON LOS TALLERES DE BIENESTAR

La clave es mantener una rutina de actividades saludables que nos ayuden a mantener y/o mejorar la capacidad funcional, por lo que, además de realizar los Talleres de Bienestar en grupo, se promueve en el programa la práctica diaria en casa de otras actividades saludables.



ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR PARA MANTENERNOS EN FORMA

Los expertos sugieren una combinación de ejercicios aeróbicos, de fuerza y flexibilidad para fortalecer los músculos, mejorar la circulación y mantener la movilidad. Por ejemplo:

- 1. Caminatas Diarias:** Una caminata diaria, aunque sea corta, puede marcar una gran diferencia en la salud cardiovascular y la movilidad. Se recomienda comenzar con distancias cortas e ir aumentando gradualmente.
- 2. Ejercicios de Fuerza:** Incorporar ejercicios de resistencia, como levantar pesas ligeras o usar bandas de resistencia, ayuda a mantener la masa muscular y fortalecer los huesos, reduciendo el riesgo de caídas y fracturas.
- 3. Yoga y Tai Chi:** Estas prácticas milenarias no solo mejoran la flexibilidad y el equilibrio, sino que también promueven la relajación y reducen el estrés, contribuyendo al bienestar general.



ACTIVIDADES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA CONSTANTES PARA UNA MENTE ÁGIL Y ACTIVA

Ejercitar el cerebro a través de actividades que desafíen la memoria y las habilidades cognitivas puede ayudar a prevenir el deterioro cognitivo y mantener la función cerebral óptima.

- 1. Rompecabezas y Juegos Mentales:** Resolver crucigramas, jugar al sudoku o disfrutar de juegos de mesa que requieran estrategia son excelentes formas de mantener la mente activa y aguda.
- 2. Aprender algo nuevo:** Ya sea aprender un idioma, tomar clases de Arteterapia, Nuevas Tecnologías o aprender un guión para una obra de teatro, desafiar al cerebro con nuevas habilidades, ayuda a crear nuevas conexiones neuronales y a mantener la plasticidad cerebral.
- 3. Socializar:** Mantener una vida social activa y participar en conversaciones estimulantes con amigos y familiares también es beneficioso para la salud cognitiva. Las interacciones sociales ayudan a ejercitar la memoria y mejorar las habilidades de comunicación.

2. SEGUIMOS CON EL APOYO PERSONALIZADO

Continuamos prestando apoyo técnico, tanto individual como grupal, a aquellas personas mayores y a las personas cuidadoras no profesionales.

Esta acción, que se encuadrada dentro de la "Línea Cuida", se está desarrollando por el Equipo Interdisciplinar del programa: Trabajadora Social, Educadora Social y Psicóloga.

Realizamos actuaciones de apoyo psicosocial y educativo con el objetivo de motivar a las personas hacia una vida saludable y activa, superar las barreras o dificultades, evitar la soledad y el aislamiento, promoviendo la integración y la participación social de las personas en todas las Líneas y Acciones del Programa Santa Cruz Vital u otras actividades que se desarrollen en el municipio.

En paralelo el equipo se esfuerza por involucrar a referentes comunitarios y voluntariado en el acompañamiento necesario de las personas.



DEL 15 DE MARZO DE 2023 AL 14 DE MARZO DE 2024 (PRIMER AÑO), SE HA LLEVADO A CABO ESTE APOYO TÉCNICO A UN TOTAL DE 150 PERSONAS DE LOS 5 DISTRITOS MUNICIPALES.

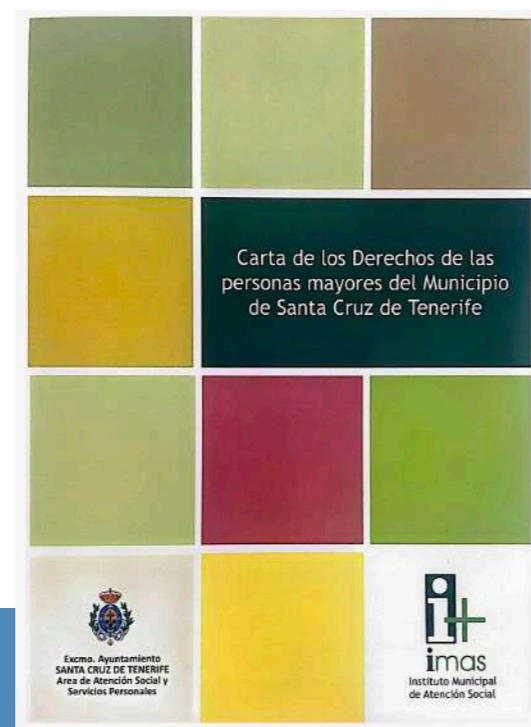
LÍNEA EMPODERA

CHARLAS PARA "CONOCER LA CARTA DE DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES"

PROMOVER LA GARANTÍA DEL RESPETO Y LA DEFENSA DE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES

Esta actividad se realizó para proporcionar información y asesoramiento para conocer los derechos y deberes de las personas mayores, la legislación que los ampara y los recursos en caso de vulneración, con el objetivo de favorecer la autoprotección y el ejercicio de ciudadanía responsable.

En total se han realizado en este primer año **9 charlas "Carta de los derechos de las personas mayores"** del municipio de Santa Cruz de Tenerife con una participación total de **101 personas mayores**.



Aprobada por acuerdo del Excmo. Ayuntamiento Pleno el día 25 de febrero de 2011

CHARLA "PLAN MAYOR SEGURIDAD" PROTEGIENDO A LAS PERSONAS MAYORES EN EL MUNDO DIGITAL

EN COLABORACIÓN CON EL ÁREA DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA DE LA POLICÍA NACIONAL

En un esfuerzo por proteger a las personas mayores de estafas y fraudes en el ámbito digital, la Policía Nacional de Santa Cruz de Tenerife ha llevado a cabo charlas informativas bajo el programa "Plan Mayor Seguridad", con el objetivo de proporcionar formación e información a las personas mayores sobre la seguridad digital, la prevención de estafas telefónicas y el uso responsable de las nuevas tecnologías. Además se proporcionaron consejos prácticos sobre cómo identificar y evitar la trampa de los falsos técnicos que intentan acceder a los dispositivos electrónicos de las personas mayores.

En relación al uso Responsable de Nuevas Tecnologías se proporcionaron herramientas y técnicas para fortalecer la seguridad digital de los participantes y se alentó a los asistentes a tomar medidas para proteger sus datos personales y evitar caer en trampas en línea, como el phishing y el fraude en plataformas de redes sociales. Los expertos en seguridad digital ofrecieron estrategias prácticas para proteger la privacidad en línea y prevenir el robo de identidad, uso de contraseñas seguras, actualización regular de software y la instalación de antivirus.

La Policía Nacional reiteró su compromiso de contribuir a proteger a las personas mayores y promover un entorno digital seguro para todos, así como aprovechar los recursos disponibles, como la línea telefónica de ayuda contra el fraude y los programas de educación continua, para mantenerse informados y protegidos en línea.



EN TOTAL SE HAN REALIZADO EN ESTE PRIMER AÑO 24 CHARLAS "PLAN MAYOR SEGURIDAD" CON UNA PARTICIPACIÓN TOTAL DE 345 PERSONAS MAYORES.

CHARLA "AUTOESTIMA Y ALIMENTACIÓN SALUDABLE"

FOMENTANDO UNA RELACIÓN POSITIVA CON LA COMIDA Y LA IMAGEN

En colaboración con la Asociación Alabente

La Asociación Alabente, reconocida por su compromiso con el bienestar integral de las personas mayores, ha llevado a cabo unas enriquecedoras charlas informativas y formativas sobre la Alimentación y la Autoestima. Profesionales expertos destacaron la importancia de una alimentación equilibrada para mantener la salud física y emocional; se destacaron los beneficios de consumir una variedad de alimentos nutritivos y la necesidad de mantenerse hidratado adecuadamente para promover el bienestar general.

Alimentación Saludable

Se abordaron mitos relacionados con la alimentación en la vejez y se proporcionaron consejos prácticos para superar las barreras que puedan dificultar la adopción de hábitos alimenticios saludables.



Autoestima

Las charlas también se centraron en la importancia de la Autoestima y la Aceptación personal, así cómo cultivar una actitud positiva hacia sí mismos y su cuerpo, independientemente de los cambios físicos asociados con el envejecimiento.



Los asistentes tuvieron la oportunidad de plantear preguntas y compartir experiencias, fomentando un ambiente de apoyo y comprensión mutua. Alabente constituye un recurso valioso para las personas mayores en su búsqueda de un envejecimiento saludable y satisfactorio.

EN TOTAL SE HAN REALIZADO EN ESTE PRIMER AÑO 8 CHARLAS "TALLER DE AUTOESTIMA Y ALIMENTACIÓN SALUDABLE" CON UNA PARTICIPACIÓN TOTAL DE 80 PERSONAS MAYORES.

UNA TARDE DE CINE

UNA EXPERIENCIA MENSUAL DE ENTRETENIMIENTO, APRENDIZAJE Y ENCUENTRO

El cine es un lugar donde las personas pueden sentirse parte de una comunidad más grande, compartiendo la experiencia colectiva de ver una película en la pantalla grande. Hay numerosos beneficios para las personas mayores de realizar una actividad como pasar "Una tarde de Cine" y van más allá de simplemente disfrutar de una película, ya que promueven el bienestar físico, mental y emocional de las personas mayores, al tiempo que fomenta la socialización y el disfrute de la cultura y el entretenimiento.



Ver una película implica seguir una trama, recordar detalles y comprender los diálogos, lo que ayuda a mantener la mente activa y aguda. Ir al cine con amigos ofrece la oportunidad de socializar y compartir experiencias, lo que es vital para el bienestar emocional y mental de las personas mayores.

El cine proporciona un escape de la rutina diaria y ofrece entretenimiento puro y diversión, lo que puede mejorar el estado de ánimo y reducir el estrés. Ver películas de diferentes géneros, culturas y épocas permite a las personas mayores explorar nuevas perspectivas y ampliar su comprensión del mundo.

Ir al cine puede implicar caminar o moverse, lo que contribuye a mantener un estilo de vida activo y saludable. Las películas a menudo ofrecen historias inspiradoras y mensajes poderosos que pueden motivar a las personas mayores y promover la reflexión sobre la vida y sus experiencias.

ESTE PRIMER AÑO HEMOS REALIZADO 4 TARDES DE CINE EN EL C. C. MERIDIANO, CINE YELMO, Y HAN PARTICIPADO 316 PERSONAS MAYORES.

DESCUBRIENDO EL ENCANTO DEL TEATRO GUIMERÁ

EL TEATRO ES UNA EXPERIENCIA CULTURAL ENRIQUECEDORA QUE RESALTA LA IMPORTANCIA DEL ARTE Y LA PARTICIPACIÓN

La experiencia teatral ofrece a las personas mayores mucho más que entretenimiento pasajero. Al asistir a obras de teatro, se sumergen en mundos imaginarios, se conectan con emociones profundas y se involucran en historias que resuenan en su propia vida. Además, el teatro proporciona una oportunidad invaluable para socializar, explorar nuevas perspectivas y mantenerse activos culturalmente. Ser espectadores de obras de teatro fortalece el tejido social, creando momentos memorables y significativos para las personas mayores.



Las obras de teatro que disfrutaron fueron:

"Cruce de Caminos" - Banda Municipal de Música,
"Loop" - Compañía Arcaladanza,
"Robinson y Crusoe" - Compañía Tamaska y Theater in Kempton
y "El Avaro de Moliere"- Compañía Atalaya TNT.

ESTE PRIMER AÑO HEMOS DISFRUTADO 4 VECES DEL TEATRO GUIMERÁ Y HAN ASISTIDO UN TOTAL DE 379 PERSONAS MAYORES

APRENDIENDO, DISFRUTANDO Y COMPARTIENDO SOBRE LA HISTORIA DE NUESTRA CIUDAD

UNA FASCINANTE RUTA GUIADA POR LUGARES EMBLEMÁTICOS

En colaboración con el Área de -Turismo- de La Sociedad de Desarrollo de Santa Cruz de Tenerife

Hemos podido sumergirnos en la rica historia de Santa Cruz de Tenerife a través de unas emocionantes rutas a pie por sus lugares más emblemáticos. Esta experiencia gratuita y guiada por un experto guía oficial, ha sido especialmente diseñada para personas mayores, ofreciendo una manera accesible y enriquecedora de explorar el corazón histórico de la ciudad y descubrir sus principales atractivos, y evocar y compartir recuerdos de la experiencia vivida.



ESTE PRIMER AÑO DEL PROGRAMA SE HAN DESARROLLADO 5 RUTAS GUIADAS POR LOS LUGARES EMBLEMÁTICOS DE SANTA CRUZ DE TENERIFE EN LA QUE PARTICIPARON 113 PERSONAS MAYORES

DISFRUTANDO DE "TARDES DE MÚSICA"

EN COLABORACIÓN CON EL REAL CASINO DE TENERIFE LVII SEMANA DE MÚSICA -NOVIEMBRE 2023



Este primer año las personas mayores del programa disfrutaron de 3 actividades culturales de Música Clásica en el Real Casino de Tenerife y participaron un total de 182 personas mayores.

UNA NAVIDAD POR LA CIUDAD

VISITA: LUCES DE NAVIDAD POR LA CIUDAD



INAUGURACIÓN DEL BELÉN PLAZA DE LA CANDELARIA



FIESTAS NAVIDEÑAS EN TODOS LOS GRUPOS DE SANTA CRUZ VITAL



ACTIVIDAD INTERGENERACIONAL "INTERCAMBIO ENTRE JÓVENES Y PERSONAS MAYORES" EN COLABORACIÓN CON EL ÁREA DE JUVENTUD

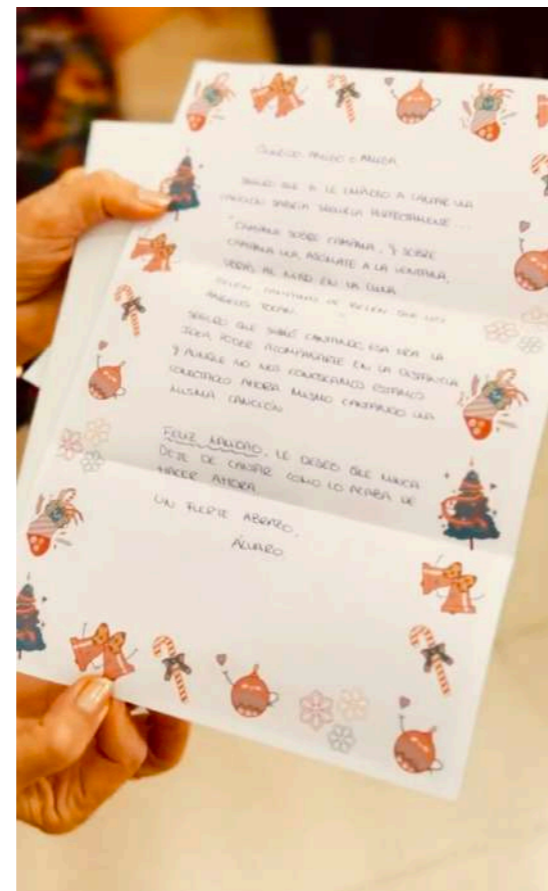


Cartas de Navidad

Los Jóvenes que pertenecen a La Casa de La Juventud y al Colegio Montesori realizaron unas cartas de Felicitaciones por la Navidad dirigidas a las personas mayores. Dichas cartas se entregaron por el Área de Juventud a las personas mayores en una actividad en la casa Pisaca donde cuatro personas mayores se ofrecieron voluntarias para leer sus cartas, abriendo un espacio donde se debatió sobre la importancia de que diferentes generaciones participen en actividades conjuntas, ya que existe una retroalimentación de conocimiento y experiencia.

Buenos Deseos y Consejos

Paralelamente las personas mayores realizaron una grabación de buenos deseos para los jóvenes y consejos para el año 2024 que se hicieron llegar a los Jóvenes. Además las personas mayores de varios grupos participaron en el Concierto Navideño organizado y desarrollado por los jóvenes en la Casa de la Juventud.



EN TOTAL PARTICIPARON EN ESTA ACTIVIDAD 35 PERSONAS MAYORES.

OTRAS ACTIVIDADES REALIZADAS

PARTICIPACIÓN EN LA GALA DE LA REINA DE LOS MAYORES



En esta celebración las personas mayores disfrutaron de la programación del carnaval, desfiles de candidatas, actuaciones de agrupaciones musicales y de Azúcar Moreno, referente a la Gala de Elección de la Reina de los Mayores en el Recinto Ferial de nuestra Capital. Participaron un total de **485 personas mayores.**

REALIZACIÓN DE TALLERES SOCIOEDUCATIVOS: "DISFRUTANDO DE LA CULTURA DEL CARNAVAL"



Se desarrollaron Talleres Socioeducativos sobre El Carnaval Chicharrero donde las personas mayores participantes estuvieron muy animadas y participativas a la hora de disfrazarse con mucho humor.

PRIMERA PIÑATA DE LAS PERSONAS MAYORES



Organizada entre Área de Fiestas del Ayuntamiento de Santa Cruz y la Consejería de Bienestar Social, Igualdad, Juventud, Infancia y Familias del Gobierno de Canarias y el IMAS. Este evento extraordinario se celebró el domingo 18 de febrero, Las personas mayores participantes pudieron compartir este evento festivo con otras Asociaciones de Mayores que acudieron de la isla de La Palma, El Hierro y La Gomera, disfrutando de 3 orquestas, monólogos, regalos de complementos del carnaval. Participaron un total de **193 personas mayores**.

SANTA CRUZ EN UN CLICK - EN COLABORACIÓN CON EL ÁREA DE JUVENTUD



Consistió en un Taller Intergeneracional entre Jóvenes y personas Mayores relacionado con las Nuevas Tecnologías. El taller lo llevaron a cabo dos jóvenes de 15 y 17 años que realizaron una presentación en PowerPoint y se centraron principalmente en explicar el uso del WhatsApp y el navegador de Google. Las personas mayores estuvieron usando sus dispositivos con el apoyo de los jóvenes dando solución a las dificultades presentadas. Se realizó el 16 de octubre acudieron **16 personas mayores**.

EXCURSIONES SOCIOEDUCATIVAS

EXCURSIONES AL PALMETUM CON SANTA CRUZ VITAL, UNA OPORTUNIDAD DE APRENDIZAJE EN LA NATURALEZA



Las personas mayores participantes del programa Santa Cruz Vital disfrutaron de diez excursiones con transporte al Palmetum de Santa Cruz de Tenerife. Este magnífico jardín botánico, situado en la isla de Tenerife, es un verdadero paraíso para los amantes de la naturaleza y la flora. Las personas participantes tuvieron la oportunidad de explorar la impresionante variedad de especies de palmeras y otras plantas exóticas que alberga el Palmetum. Recorrieron los senderos serpenteantes y admiraron la belleza y la diversidad de la flora presente en este hermoso lugar. Estas excursiones fueron una experiencia enriquecedora y rejuvenecedora, brindándoles la oportunidad de conectarse con la naturaleza, aprender sobre la biodiversidad local y disfrutar de la compañía de sus compañeros de viaje. Sin duda, el Palmetum de Santa Cruz de Tenerife dejó una impresión duradera en todos aquellos que tuvieron la suerte de visitarlo.



Asistieron al Palmetum 335 personas mayores

Fotografías de Armando Brito participante del grupo Ruyman de Santa Cruz Vital

SABIDURÍA FEST

DESTACAR EL VALOR DE LAS PERSONAS MAYORES CON SU SABIDURÍA, TALENTO Y EXPERIENCIA

Para destacar el valor y experiencia de las personas mayores en un entorno festivo se han realizado este primer año tres eventos-festivos "Sabiduría Fest".

CELEBRACIÓN DEL SABIDURÍA FEST II - VIERNES 26 DE ENERO DE 2024



El Salón de Actos del Instituto El Chapatal fue el espacio para celebrar este evento-festival sin precedentes, una celebración para destacar la sabiduría y el talento de las personas mayores de Santa Cruz de Tenerife.

Sabiduría Fest es una oportunidad innovadora de exponer creaciones de las personas mayores, como agentes activos y colaborativos, mostrando su creatividad y dedicación. Además de ser los organizadores del festival, disfrutaron de las actividades organizadas por otros grupos de personas mayores de diferentes distritos, en un ambiente de compañerismo y colaboración.

En el evento se resaltan las historias de vida destacadas de personas mayores del municipio. Contó con el apoyo del Dj Jonay KIZZ, la sesión de Zumba dirigida por Laly, y la actuación de Ángel Reforzo con sus hilarantes monólogos.

La participación fue de 270 personas mayores, tanto como organizadores como participantes junto con sus familiares.

CELEBRACIÓN DEL SABIDURÍA FEST III - VIERNES 8 DE MARZO DE 2024



Celebración del Día de la Mujer en el Tercer Sabiduría Fest, un homenaje a las Mujeres Mayores.

En el marco del Día Internacional de la Mujer, el viernes 8 de marzo, se llevó a cabo el tercer Sabiduría Fest en Santa Cruz de Tenerife en el salón de actos del Centro de la Familia de Tenerife ubicado en el distrito Suroeste del municipio, una celebración dedicada a honrar el papel y la contribución de las mujeres mayores.

Las personas mayores participantes en el programa de Santa Cruz Vital desempeñaron un papel fundamental como organizadores del festival, exhibiendo sus talleres de empoderamiento y Bailoterapia. Además, rindieron homenaje a mujeres destacadas del distrito Suroeste con conmovedoras historias de vida, destacando su valiosa contribución a la sociedad.

Con la participación de **165 personas mayores y acompañantes**, el evento destacó el poder y la sabiduría de la mujer en todas las etapas de la vida.

ACTIVIDADES EXTRAORDINARIAS

1 DE OCTUBRE DE 2023

DIA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES

Durante las dos últimas semanas de septiembre, las personas mayores participantes realizaron debates, elaboraron pancartas y prepararon dos coreografías para participar el domingo 1 de octubre de 2023, en el día Internacional de las Personas Mayores, con el fin de reivindicar los derechos humanos para todas las edades y dar una imagen positiva del envejecimiento en la población en general.

- Carta de reflexión sobre el día internacional de las personas con edad
- Poesía : Ser Mayor de Josefa Cairos del grupo Ofra
- Coreografía: Salsa "Ven a Bailar"



Participaron 85 personas

LÍNEA TRANSFORMA

"BOLETINES DIGITALES" COMO RESULTADO DE LOS TALLERES SOCIOEDUCATIVOS DE PRENSA

BIBLIOTECA MUNICIPAL CENTRAL EN EL TEA

Este primer año de programa se han desarrollado Talleres de Prensa dos días a la semana en horario de tarde en la Biblioteca Municipal Central de Santa Cruz de Tenerife- TEA. Estos talleres los ejecutaron dos personas profesionales en periodismo y medios de comunicación.

Los contenidos básicos impartidos fueron sobre la estructura de un artículo de prensa, debates sobre temas de actualidad, ejercicios de búsqueda de artículos con la estructura de los contenidos dados, análisis de artículos de prensa en la hemeroteca y con el objetivo de la **participación de las personas mayores en la redacción de los boletines informativos del programa.**

Además desde este taller se han realizado varias visitas a exposiciones para incentivar el aprendizaje y el debate:

- Dos visitas a la exposición de "Ucrania en Viñetas" en el parlamento de Canarias, participaron un total de **13 personas mayores.**
- Una visita a las exposiciones del Espacio del TEA que participaron **7 personas mayores.**



EL VALOR DE LAS PERSONAS MAYORES

HISTORIA DE VIDA

Con un alma bondadosa y un espíritu imparable, nació Loly en Santa Cruz de Tenerife en 1942. Una niña trabajadora que recuerda, con muchísimo cariño, la muñeca que le regaló su abuela a los seis años de edad, de la antigua tienda Cinetea, con su piel de porcelana y pelo de seda. Lo que no sabía esa niña, es que esa memoria quedaría grabada para siempre en uno de los libros que publicaría años después, Embrujo de Alisios, libro que recopila todos sus relatos premiados. Ella escribe desde el corazón, de lo que conocía antes y es consciente ahora.

A los quince años realizó un curso de mecanografía para comenzar a trabajar como taquimecanógrafa, y con el salario que ganaba acudía a una academia con un profesor nativo para aprender inglés. Lleva practicándolo desde entonces. Después de diez años de duro trabajo y esfuerzo, conoce al que sería su marido, quien era perito industrial de refinería, y a los 25 años de edad se casa y tiene a su primer hijo. Posteriormente, tendría al segundo.

En su tiempo libre, se dedicaba a ejercer de voluntaria para la Cruz Roja, siendo esta una de sus primeras experiencias de voluntariado. Sin embargo, su amor por la escritura y la literatura le había perseguido durante muchos años. Tanto es así, que en 2006 fue ganadora del Premio Ansina del Cabildo Insular de Tenerife, con el relato El tamarindo del Parque, que escribió en una de sus tantas visitas al Parque García Sanabria. Una historia que cuenta la vida desde el árbol que nació y creció dentro de una casa, conociendo la vida y los secretos de la antigua Tenerife.

A los sesenta años, comienza a incorporarse al mundo de los mayores, y entre sus trabajos destaca el de Responsable Institucional y Cultural en el Centro de Mayores Isidro Rodríguez Castro, del Gobierno de Canarias, donde organizaba visitas para las personas mayores a distintos lugares de interés, como a Vilaflor, el Parque Nacional de Garajonay, Pueblochico... Todo con un solo objetivo: enseñar y aprender de los demás, porque Loly ama la cultura en todas sus facetas.



De hecho, debido a las visitas realizadas a lo largo de los años al puerto, logró enseñarlo a más de ochocientas personas, ganando entonces el reconocimiento de la Autoridad Portuaria de Santa Cruz de Tenerife.

La experiencia es lo que le ofrece la sabiduría con la que cuenta a día de hoy. Loly ha publicado cinco libros con mucha altura, todos en línea ascendente: El Sentir de mi Sendero, Alborada, Pliegues del Alma, Crisálida y Embrujo de Alisios. Los poemas y narrativas que escribe han llegado al Parlamento de Canarias, al Cabildo Insular de Tenerife, Cabildo Insular de El Hierro, Cabildo Insular de La Gomera, e incluso a Valle Gran Rey, donde la acompañó a presentar su quinto libro la antigua rectora de la Universidad de La Laguna, Rosa María Aguilar.

Entre sus logros destaca el Premio Valores Humanos del Cabildo Insular de Tenerife y de Ansina, que le trae grandes y emotivos recuerdos.

Otro de ellos que menciona con alegría fue el entregado por la infanta Cristina de Borbón y el periodista Santiago González, en el Concurso de Relatos para Mayores (2009), en el que quedó finalista con "El circo no tiene edad".

En la actualidad, es guía voluntaria del Museo de la Naturaleza y Arqueología. Explica que, antiguamente, visitó el Museo por primera vez cuando era el Antiguo Hospital Civil, de la mano de su madre. Cuando se convirtió en lo que es ahora, admiraba a las personas mayores que se dedicaban a explicar a los más pequeños los entresijos del Museo y todo lo que contiene, así que decidió aprenderse de memoria todo lo que había escrito y divulgarlo a las visitas guiadas. Cuando explicaba a los niños pequeños los vientos alisios, se quedaban tan envueltos en su relato que decidió llamar a su quinto libro, debido a este suceso, El embrujo de Alisios.

Entre sus otras acciones, es socia fundadora de AMAVITE (Asociación de Mayores Voluntarios de Informática de Tenerife) y realiza visitas a Pediatría en los hospitales, a Paliativos con la Asociación contra el Cáncer, a la Cárcel (dentro del Programa de La Caixa) y al Asilo de Ancianos. Pero entre sus logros también se destaca el reconocimiento del Accésit del Concurso de Poesía AMULL 2018, con Regalos de la vida, y el primer premio de Poesía AMULL 2019, con Vientos Alisios. Otro de sus sueños era convertirse en universitaria, y así lo hizo, graduándose en la Universidad Para Mayores en la promoción de 2013-2016, y pertenece a la Coral Universitaria de La Laguna desde hace diez años.

La historia de Loly no podría resumirse más, sería un delito, porque una gran persona como ella, conlleva el legado de una gran memoria.

Periodista: María de Las Nieves Santana Baute

Loly González