

SALUDA

Ya estamos camino del segundo semestre de 2014. Semestre con sus viajes y cursos para el último trimestre con mucha actividad. Como siempre las excursiones de un día y otros dos de varios días, nos vamos a ver las Ciudades Imperiales (Budapest, Praga y Viena) ahí es nada y como viaje muy especial y extraordinario nos vamos a Argentina. Alguno me preguntaba si Arkupeak va a seguir organizando cada año un viaje muy especial y extraordinario y mi respuesta fue no. Haremos dos viajes uno por España y otro por Europa en principio y el muy especial y extraordinario será para dentro de unos años; el próximo Presidente dispondrá.

En cuanto a los cursos y charlas estamos trabajando para seguir con la **formación en TIC**, algunos ya muy avanzados y otros para que tengan la oportunidad de acercarse a la informática cuyo objetivo principal es que los participantes adquieran conocimientos esenciales, básicos, etc, así como el resto de cursos en los que tanto éxito estamos teniendo.

Salud y bienestar: promover un desarrollo de envejecimiento activo, el bienestar y la incorporación de hábitos de vida saludables a través de diferentes programas que buscan retrasar los procesos que comparten pérdida o disminución de las capacidades, a través de la estimulación integral de las áreas sensorial, motriz y cognitiva.

Participación social y voluntariado: estimulamos el papel activo de las personas mayores, que aportamos experiencia y dedicación y somos un referente para otros miembros de la sociedad, participamos en la mejora de las necesidades sociales y nos sentimos socialmente útiles.

Estas tres áreas citadas: formación en las TIC (formación en Tecnologías de la Información y Comunicación), Salud y bienestar junto a la participación social y voluntariado son las que estamos tratando de llevar a cabo con la Obra Social de La Caixa, deseando una buena acogida por los socios ya que esperamos también su gratuidad.

Os informamos, también, en este boletín de la memoria cuantificada del año 2013 así como del presupuesto para este año 2014, ya que en el boletín anterior por haberse editado en diciembre no pudo publicarse. Ambos se han remitido al departamento de Políticas sociales del Gobierno de Navarra.

Como veis, somos optimistas y os invitamos a participar en los distintos cursos, viajes, etc; todos ellos son muy interesantes y de esa manera salimos de casa a pasar un día divertido con conocidos de otros pueblos, participar en esos cursos para ganar salud y bienestar, hacer ungüentos medicinales, participación social, voluntariado o lo que proceda.

Todo esto y más es el envejecimiento activo; es donde estamos.

EL PRESIDENTE

Pedro M^a Bañares Ciganda