

SALUDA

Han transcurrido casi 6 meses y nos queda el 2º semestre del año cargado de actividades con un único objetivo “envejecimiento activo”, promoviendo programas con especial atención en personas vulnerables. Vaya siempre por delante la dignidad de las personas, el humanismo y la solidaridad.

Para ello proponemos distintos talleres como informática y comunicación, salud y bienestar, formación, voluntariado, cursos como poda y jardinería, plantas medicinales, restauración de muebles, jubiloteca, musicoterapia, taller de la memoria, charlas como nutrición para personas mayores, compañías eléctricas, que contribuyan a mejorar el día a día de nuestros socios, mejorando su bienestar y promoviendo la autonomía.

Junto a este boletín, os adjunto folleto “MUÉVETE” editado por el departamento promoción de la salud del Instituto de salud pública y laboral de Navarra que recoge recomendaciones internacionales con el objetivo de llevar una vida activa, realizar ejercicios de forma continua para favorecer el bienestar de las personas, prevenir las caídas, discapacidad y dependencia, ayudando así a mantener su propia autonomía, medio más para el envejecimiento activo.

Quizás sea muy reiterativo en esto del envejecimiento activo, es como uno más divertido; puede pasar su tiempo haciendo cosas que ni tan siquiera se hubiera imaginado, consiguiendo de esta manera y muy efectivamente su propia autonomía.

Os informamos en este boletín de asuntos varios: cuenta de resultados, presupuesto para este año, resúmenes de reuniones de la junta directiva, asamblea de delegados, distintos cursos, charlas, actividades y viajes programados para este 2º semestre con una información más amplia, si cabe, del viaje a Croacia, feria de Gernika, Tarazona y Tudela.

Os invito a que hojeéis este boletín y animaros a participar en las distintas actividades, aprovechar, sobre todo, los ofertados por LA CAIXA que son gratuitos y se realizarán allá donde haya demanda. El 31 de Diciembre terminamos el contrato de adhesión con el Gobierno de Navarra y La Caixa, así como el propio Gobierno con La Caixa. Habrá cambios muy importantes en el Gobierno de Navarra y esperamos que renueven en las mismas condiciones y sigan los acuerdos con La Caixa para que los nuevos representantes de Arkupeak puedan adherirse al mismo.

Como siempre agradecer a la junta directiva, así como a los delegados, que me permiten llevar adelante los medios para, una vez más, el “envejecimiento activo”

Pedro M^a Bañares Ciganda
Presidente