

# ENVEJECIMIENTO SALUDABLE: EL VOLUNTARIADO EN LA TERCERA EDAD



Ayuntamiento de  
Benalmádena



Benalmádena  
ciudad saludable

## BENEFICIOS

### VOLUNTARIO

- Aumento de la autoestima
- Sentirse útiles a la sociedad
- Tener una Vida activa (toma de decisiones etc.)
- Prevención del aislamiento y la soledad



**Una red de más de 160 voluntarios**  
**De 20 a 94 años, muchos con movilidad reducida**

### BENEFICIARIO

- Cubrir necesidades especiales
- Prevención del aislamiento y la soledad
- Mejora de la condición física
- Mejora de la integración.
- Soporte emocional y comprensión a sus problemas
- Mejora de las relaciones intergeneracionales

Acompañamientos  
Traslados  
Actividades y talleres

### ACTIVOS EN SALUD QUE APORTAN:

Conocimiento  
Experiencia  
Tiempo  
Ilusión

### Paseo para la salud

- Taller de baile adaptado
- Baño adaptado en la playa
- Taller de soporte vital básico
- Convivencias

Granada 15 de mayo de 2019  
M<sup>a</sup> Belén Muñoz López. Responsable del Plan local de salud.

SALUD LOCAL

Acción local en salud



Manuel tiene 83 años y vive solo. El viernes pasado le acompañamos a visitar a su hermana a una residencia de ancianos en el Puerto de Santa María. Un viaje largo pero gratificante por poder disfrutar el reencuentro de los dos hermanos después de más de un año sin verse.



SALUD LOCAL

Acción local en salud





# Paseo para la salud



# Taller de baile adaptado





# Baños en la playa adaptados





# Salidas por el municipio





# Taller de manualidades

