CaixaBank impulsa el programa #PlensDeVida a cinc municipis de Lleida

Lleida | 15/12/2022 | 17:23



El programa #PlensDeVida fomenta l'envelliment actiu i la socialització de la gent gran

Aquesta tardor s'ha engegat el nou programa #PlensdeVida, destinat a fomentar l'envelliment actiu i la socialització de la gent gran, especialment en pobles petits, amb poca o nul·la oferta d'activitats per a aquest col·lectiu. A Lleida, el programa es desenvoluparà als municipis de Camarasa, Montgai, Barruera, Vilaller i Aitona.

En el marc del programa #PlensdeVida, i en col·laboració amb l'Ajuntament de cada municipi s'organitzaran els propers mesos diferents activitats de lleure per a la gent gran. Les activitats han estat escollides de forma coordinada amb cadascun dels consistoris, i posen focus en àmbits com la salut i la qualitat de vida, l'exercici físic o la formació i la cultura. El programa vol optimitzar les oportunitats de benestar físic, mental, emocional i social de les persones grans, amb l'objectiu d'ampliar l'esperança de vida saludable, la productivitat i la qualitat de vida a la vellesa. Aquest programa s'allunya del model assistencial, i vol posar en valor el coneixement i les ganes de seguir aprenent del col·lectiu de gent gran.

En global s'ofereixen els següents tallers: Ioga i relaxació, Cos i moviment conscient, Memòria: compensem els dèficit, L'art de cuidar el nostre cos, Escriptura creativa, Plantes remeieres, Viatjar a través dels llibres, Manualitats i tècniques artesanals, Educació postural i estiraments, Gimnàstica dolça, i Activa el cos.

Jaume Masana, director territorial Catalunya de CaixaBank, ha destacat "El programa vol

promocionar un envelliment actiu i saludable de la gent gran". Masana ha afirmat que els clients sènior de CaixaBank, són un col·lectiu prioritari per a l'entitat i, per tant, tenim per a ells l'oferta més ambiciosa de la banca espanyola".

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/noticia/192144-caixabank-impulsa-el-programa-plensdevida-a-cinc-municipis-de-lleida.htm