

EJERCICIO AL AIRE LIBRE PARA PERSONAS MAYORES «MOVERSE ES CUIDARSE»



OBJETIVO GENERAL: Apoyo a la autonomía y promoción de la vida independiente.



CATEGORÍA ESPECÍFICA: Promoción de la autonomía en personas mayores autónomas.



POBLACIÓN A LA QUE SE DIRIGE: Personas mayores.
Familia.



Descripción

Programa para favorecer el envejecimiento activo a través de la práctica de ejercicio físico, tratando de que este se convierta en un hábito en la vida cotidiana de las personas mayores.



Finalidad

- 1.- Mejorar la condición física general y el grado de autonomía en las personas que participen.
- 2.- Fomentar las relaciones interpersonales, mantener el contacto social y mejorar la vida relacional.
- 3.- Prevenir situaciones de vulnerabilidad social como la soledad no deseada y el aislamiento, potenciando las relaciones sociales y mejorando la autoestima e independencia.
- 4.- Favorecer la inclusión de personas mayores con déficits sensoriales y/o cognitivos.
- 5.- Lograr la incorporación de adultos mayores con problemas de soledad a la práctica sistemática de actividad física.
- 6.- Generar un espacio/actividad como medida integradora que fomente la participación de la mujer con perspectiva de género.
- 7.- Promover el intercambio intergeneracional a través de encuentros con escolares.



Requisitos

No hay requisitos especiales.



Modalidades

Presencial.

Competencia

Ayuntamiento de Madrid.

Plazo de resolución o concesión

Según disponibilidad de plazas.

Forma de gestión

Indirecta.

Duración de la prestación o periodo máximo de concesión

No aplica.

Aportación de la persona usuaria

No.

Procedimiento de la prestación

Preinscripción a través de la página web Ayuntamiento.

Régimen de compatibilidad con otras prestaciones

Compatible con el resto de las prestaciones.

Utilización de dispositivos técnicos o tecnológicos

No aplica.

Estándares de Calidad

Plan de Calidad del Ayuntamiento de Madrid.

Tipo de centro o recurso de atención

Servicio de atención social.

Nivel de atención

Atención Social Primaria.

Subtipo de Centro o recurso

No aplica.

Ámbito territorial de atención

Ciudad de Madrid.

Perfil de persona beneficiaria

Personas mayores de 60 años.

Proveedor del Servicio

Ayuntamiento de Madrid.

Condicionada/garantizada

Condicionada.

Normativa/disposición de regulación o ejecución

Ley 12/2022, de 21 de diciembre, de Servicios Sociales de la Comunidad de Madrid.

Criterios de prioridad

No.

Financiación Autonómica/Local

Local.

Derechos específicos

Recogidos en la Ley de Servicios Sociales de la Comunidad de Madrid (artículo 5.1).

Obligaciones específicas

Recogidas en la Ley de Servicios Sociales de la Comunidad de Madrid (artículo 6).

Información complementaria

*Ejercicio al aire libre para personas mayores
- Curso 2023-24 - Ayuntamiento de Madrid*

