



DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES

ENCUENTRO INTERGENERACIONAL

01 de octubre de 2018

ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE

ALIMENTACIÓN Y ESTIMULACIÓN COGNITIVA

ORGANIZA: Gerencia de la Agencia Madrileña de Atención Social. Comunidad de Madrid.

Sociedad Española de Geriatria y Gerontología.

Fundación Envejecimiento y Salud de la SEGG.



DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES

01 de octubre de 2018

JUSTIFICACIÓN

La población española mayor de 65 años es de 8.657.705 millones de personas, el 18.4% de la población (46.557.008), y con un crecimiento mantenido en los últimos decenios de un 3%, y este aumento está en relación directa con la esperanza de vida, que se sitúa en 82.1 años, aunque no siempre se asocia a una buena calidad de vida.

En la Comunidad de Madrid viven 1.102.806 personas mayores de 65 años lo que supone un 17.1% de la población total. Cada vez vivimos más años y con mejor calidad de vida siendo los madrileños los españoles más longevos.

A medida que aumenta la esperanza de vida hay un aumento de las enfermedades crónicas estrechamente vinculadas a la fragilidad y la dependencia y esto supone un importante y creciente coste sociosanitario. Por ello tenemos que hacer todo lo que está a nuestro alcance para poder vivir el mayor tiempo posible y en las mejores de salud y buena calidad de vida.

Y esto se consigue con hábitos saludables de vida que son las principales claves para envejecer activamente, con autonomía y libres de dependencia. El ejercicio físico, la alimentación y la hidratación influyen de manera importante y beneficiosa para nuestra salud y en la prevención de la fragilidad y la dependencia.

La Sociedad Española de Geriatria y Gerontología, comprometida en velar por la salud y bienestar de los mayores y participando en el programa de la Unión Europea sobre Envejecimiento Activo, Promoción de la Salud y Prevención de la Dependencia, conjuntamente con la Gerencia de la Agencia Madrileña de Atención Social de la Comunidad de Madrid conmemorará el Día Internacional de las Personas Mayores el 01 de octubre de 2018.

El acto reunirá entre 350/500 mayores que participarán en diferentes actividades de promoción de hábitos saludables de vida y participando en distintas actividades de ejercicio físico, talleres sobre alimentación, hidratación y estimulación cognitiva. Estará dirigido por monitores especializados.



DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES

01 de octubre de 2018

En el acto participarán:

- Consejera de Política Social y Familia. Comunidad de Madrid.
 - Gerente de la Agencia Madrileña de Atención Social de la Comunidad de Madrid.
 - Presidente de la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología.
 - Presidente de la Fundación Envejecimiento y Salud de la SEGG.
-
- **CONVOCATORIA:**
Agencia Madrileña de Atención Social de la Comunidad de Madrid de que depende todos los Centros de Mayores de la Comunidad de Madrid.
 - **ASISTENTES:**
350–500 participantes inscritos en los Centros de Mayores de la Comunidad de Madrid.
 - **LUGAR:**
Centro Ocupacional Nazaret
Avda. Manoteras, 1 (esquina C/ Oña con Avda. Manoteras)
28050 Madrid
 - **PROMOCIÓN:**
 - A los asistentes se les proporcionará:
 - Camiseta con el logo de la Agencia Madrileña de Atención Social de la Comunidad de Madrid, de la SEGG y de la Fundación "Envejecimiento y Salud".
 - 1 ejemplar del Manual de Autocuidados de la SEGG.
 - 2 botellas de agua de Solán de Cabras.



DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES

01 de octubre de 2018

- PROGRAMACIÓN DEL ACTO:
 - 11.00 horas. Rueda de prensa.
Gerente de la Agencia Madrileña de Atención Social de la Comunidad de Madrid.

Presidente de la Fundación "Envejecimiento y Salud"

Presidente de la SEGG.
 - 11.30 horas. Apertura del acto.
Consejera de Política Social y Familia. Comunidad de Madrid.

Gerente de la Agencia Madrileña de Atención Social de la Comunidad de Madrid.

Presidente de la Fundación "Envejecimiento y Salud"

Presidente de la SEGG.
 - 12.00 horas. Intervención de los mayores realizando diferentes actividades
 - 12.30 horas. Finaliza el acto