

Llar de
Calvià S.A. calvia.com



Ajuntament de
Calvià Mallorca



Ajuntament de
Calvià Mallorca

calvia.com

Guia d'activitats i recursos per a l'envelliment actiu i saludable

AQUAGYM

DESCRIPCIÓ:

Sessions d'activitat física adaptades a les necessitats i característiques de gent gran, amb beneficis sensibles a curt termini tant per a l'estat físic com psíquic.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Coordinadora de les associacions de gent gran de l'Ajuntament de Calvià

Mòbil 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Locals de les associacions de gent gran del municipi: Calvià, es Capdellà, Peguera, Portals Nous, Palmanova-Magaluf, Son Caliu, Galatzó, Santa Ponça, Son Ferrer i el Toro.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

A les piscines del:

- Poliesportiu Municipal de Bendinat
- Poliesportiu Municipal de Son Ferrer
- Poliesportiu Municipal de Santa Ponça

IOGA

DESCRIPCIÓ:

Sessions d'activitat física adaptades a les necessitats i característiques de gent gran, amb beneficis sensibles a curt termini tant per a l'estat físic com psíquic.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Coordinadora de les associacions de gent gran de l'Ajuntament de Calvià

Mòbil 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Als Locals de les associacions de gent gran del municipi de Calvià: Portals, Son Ferrer, Santa Ponça, Peguera, Calvià i Palmanova.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Als locals de les associacions de gent gran de Calvià, Portals, Son Ferrer, Santa Ponça, Peguera, Calvià i Palmanova.

TAITXÍ

DESCRIPCIÓ:

Pràctica esportiva amb l'objectiu de millorar la condició física i el benestar integral.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià i associacions de gent gran

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Coordinadora de les associacions de gent gran de l'Ajuntament de Calvià

Mòb.685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Als locals de les associacions de gent gran de Palmanova i Santa Ponça.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Als locals de les associacions de gent gran de Palmanova i Santa Ponça.

GIMNÀSTICA

DESCRIPCIÓ:

Sessions d'activitat física adaptades a les necessitats i característiques de gent gran, amb beneficis sensibles a curt termini tant per a l'estat físic com psíquic.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Coordinadora de les associacions de gent gran

Mòbil 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Als locals de les associacions de gent gran de Calvià: Peguera, Portals Nous, Palmanova-Magaluf, Son Caliu, Galatzó, Santa Ponça, Son Ferrer i el Toro.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Als locals de les associacions de gent gran de Calvià: Peguera, Portals Nous, Palmanova-Magaluf, Son Caliu, Galatzó, Santa Ponça, Son Ferrer i el Toro.

BALL EN LÍNIA I DE SALÓ

DESCRIPCIÓ:

Sessions d'activitat física adaptades a les necessitats i característiques de les persones grans, amb beneficis sensibles a curt termini tant per a l'estat físic com psíquic.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià i les associacions de gent gran

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Coordinadora de les associacions de gent gran

Mòbil 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Als locals de les associacions de gent gran de Calvià: es Capdellà, Peguera, Portals Nous, Palmanova-Magaluf, Son Caliu, Galatzó, Santa Ponça, Son Ferrer i el Toro.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Ball en línia, en els locals de les associacions de gent gran de Calvià: Portals Nous, Palmanova, Son Caliu, Galatzó, Son Ferrer

Ball de Saló, en els locals de les associacions de gent gran de Calvià: es Galatzó i es Capdellà.

BALL DE SEVILLANES

DESCRIPCIÓ:

Activitat física a través del ball

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià i associacions de gent gran de Peguera i Son Ferrer.

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Coordinadora de les associacions de gent gran

Mòb.685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Als locals de les associacions de gent gran de Peguera i Son Ferrer.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Als locals de les associacions de gent gran de Peguera i Son Ferrer.

RUTA SALUDABLE UNITAT BÀSICA SON FERRER

DESCRIPCIÓ:

Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup i que contribueixen a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, amb el benefici que això comporta per a la salut de tota la comunitat.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Responsable infermeria

Tel. 971 238 163

LLOC ACTIVITAT/ INFORMACIÓ RECURS:

Zona bàsica UBS Son Ferrer

DURADA

Curs escolar

ADREÇA

C/ Ocell del Paradís, núm. 36 A, Son Ferrer

TELÈFON

971 238 163

ENLLAÇ WEB

<http://e-almac.caib.es/rutas-rutas.html>

DATA I HORA

Dimarts, a les 9.30 h

XARXES SOCIALS

#Rutessaludables

RUTA SALUDABLE CENTRE DE SALUT DE SANTA PONÇA (PAC SANTA PONÇA)

DESCRIPCIÓ:

Proposta de rutes adaptades a la vida quotidiana, al voltant del centre de salut, que fomenten la socialització dels veïns en el seu entorn mitjançant la pràctica d'activitat física en grup i que contribueixen a l'enfortiment del teixit social a la vegada que es fomenta l'activitat física, amb el benefici que això comporta per a la salut de tota la comunitat.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Conselleria de Salut: Direcció General de Salut Pública i Participació i Atenció Primària de Mallorca

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Responsable infermeria

Tel. 971694654

LLOC ACTIVITAT/ INFORMACIÓ RECURS:

CS Calvià - Santa Ponça

DURADA

Curs escolar

ADREÇA

C/ Riu Sil, 25, Santa Ponça

TELÈFON

971694654

ENLLAÇ WEB

<http://e-alvac.caib.es/rutas-rutas.html>

DATA I HORA

Divendres, a les 9:00

XARXES SOCIALS

#Rutessaludables

CORAL

DESCRIPCIÓ:

Iniciació i perfeccionament del cant en la coral del centre.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Coordinadora de les associacions de gent gran de l'Ajuntament de Calvià

Mòbil 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Als locals de les associacions de gent gran de Calvià: el Toro i Son Caliu.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Als locals de les associacions de gent gran de Calvià: el Toro i Son Caliu.

PINTURA

DESCRIPCIÓ:

Iniciació i perfeccionament de tècniques de dibuix i pintura.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Coordinadora de les associacions de gent gran de l'Ajuntament de Calvià

Mòb.685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Als locals de les associacions de gent gran de Portals Nous i Son Caliu.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Als locals de les associacions de gent gran de Portals Nous i Son Caliu.

MEMÒRIA

DESCRIPCIÓ:

Sessions per prevenir l'envelliment cognitiu.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià i el Centre d'Educació per a Adults (CEPA)

DADES DE CONTACTE:

CEPA Calvià

Camí de sa Porrassa, 6, Magaluf

Tel. 971 131 350

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

CEPA Calvià

Camí de sa Porrassa, 6, Magaluf

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Als locals de les associacions de gent gran de Calvià: el Toro, Peguera, Galatzó, Son Caliu, Portals Nous, Son Ferrer i Calvià.

ESTIMULACIÓ COGNITIVA

DESCRIPCIÓ:

Sessions per prevenir l'envelliment cognitiu.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Tècnica coordinadora de les associacions de gent gran

Mòbil 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Als locals de les associacions de gent gran de Calvià: Son Ferrer, Santa Ponça, Peguera, Calvià, el Toro i Galatzó.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Als locals de les associacions de gent gran de Calvià: Son Ferrer, Santa Ponça, Peguera, Calvià, el Toro i Galatzó.

INFORMÀTICA

DESCRIPCIÓ:

Aprenentatge i desenvolupament de programes i tècniques per accedir a Internet i a les noves tecnologies.

DURADA:

Curs escolar

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Coordinadora de les associacions de gent gran de l'Ajuntament de Calvià

Mòbil 685809845

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Als locals de les associacions de gent gran de Calvià: Peguera, Portals Nous, Palmanova-Magaluf, Santa Ponça, Son Ferrer i el Toro.

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Al Centre Cultural de Peguera i al Centre Cultural del Toro i als locals de les associacions de gent gran de Peguera, Portals Nous i Santa Ponça.

«A TI TAMBIÉN»

DESCRIPCIÓ:

Projecte grupal per a familiars cuidadors de persones majors dependents.

OBJECTIUS:

- Millorar la qualitat de vida de les persones cuidadores.
- Proporcionar habilitats de comunicació.
- Crear xarxes de suport.

Persones cuidadores de persones majors, en situació de dependència o de semidependència (de casos procedents de la intervenció individual de Serveis Socials).

MODALITAT D'IMPARTICIÓ:

Tallers grupals

ENTITAT ORGANITZADORA:

Serveis Socials Municipals de l'Ajuntament de Calvià

DADES DE LA PERSONA INFORMADORA DE CONTACTE:

Treballadores socials del Programa d'Atenció Social a les Persones Grans

Ajuntament de Calvià

Tel. 971 132 645

SERVEI DE MENJAR A DOMICILI

DESCRIPCIÓ:

El servei està dirigit a persones empadronades i residents a Calvià, amb edat igual o superior als 65 anys, que presentin una situació de risc que els dificulti la preparació dels menjars.

PERFIL DE PERSONA USUÀRIA:

Persones grans que viuen soles, o que, tot i convivint amb altres persones adultes, aquestes no puguin atendre les seves necessitats alimentàries.

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià

DADES DE CONTACTE:

Serveis Socials Municipals de Palmanova, Son Ferrer i ses Rotes Velles.

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- *Centre Municipal de Serveis Socials Palmanova*

C/ Diego Salvà Lezaun, 2

Tel. 971 13 26 45

- *Centre Municipal de Serveis Socials Ses Rotes Velles (Santa Ponça)*

C/ Riu Sil, 4

Tel. 971 693 351

- *Centre Municipal de Serveis Socials Son Ferrer.*

C/Àliga, 54.

Tel. 971 230 142

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Al domicili

UNIVERSITAT OBERTA PER A MAJORS (UOM)

DESCRIPCIÓ:

Cicles de conferències educatives i culturals gratuïtes d'una hora de durada impartides per professorat de la Universitat de les Illes Balears

PERFIL DE PERSONA USUÀRIA:

Persones majors de 50 anys

ENTITAT ORGANITZADORA:

UIB i Ajuntament de Calvià

DADES DE CONTACTE:

Tècnica de Cooperació i Envelliment Actiu

Tel. 971 139 173, ext. 1202

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

Servei d'Intervenció Social i Serveis Socials de l'Ajuntament de Calvià

Es fa una conferència cada setmana durant maig i juny

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Equipament Juvenil Es Generador (Son Caliu)

SERVEI D'AJUDA A DOMICILI

DESCRIPCIÓ:

Prestació domiciliària bàsica pel manteniment i el desenvolupament de l'autonomia personal, amb la intenció de retardar el deteriorament individual, per així contribuir a l'estància de les persones en el seu entorn amb recolzament personal, educatiu i d'assistència.

PERFIL DE PERSONA USUÀRIA:

Tota persona o família, empadronada i resident a Calvià, en primera residència, que per raons físiques, psicològiques i/o socials presenti incapacitats o dificultats i necessiti de forma transitòria o per temps indeterminat suport per a la realització de les activitats essencials de la vida diària.

Amb caràcter prioritari ho són les persones majors amb dificultats d'autonomia personal, les persones amb discapacitat definitiva o temporal que afecti la seva autonomia personal, i les famílies o nuclis de convivència amb menors en situació de risc psicosocial.

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià

DADES DE CONTACTE:

Treballadores Socials del Programa d'Atenció Social a la Gent Gran. Serveis Socials Comunitaris.

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- *Centre Municipal de Serveis Socials Palmanova*
C/ Diego Salvà Lezaun, 2
Tel. 971 13 26 45

- *Centre Municipal de Serveis Socials Ses Rotes Velles (Santa Ponça)*
C/ Riu Sil, 4
Tel. 971 693 351

- *Centre Municipal de Serveis Socials Son Ferrer.*
C/Àliga, 54.
Tel. 971 230 142

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Al domicili

SERVEI DE TELEASSISTÈNCIA

DESCRIPCIÓ:

Recurs a domicili per donar atenció immediata les 24 hores a les situacions d'emergència i accidents domèstics, a través d'una línia telefònica i amb un equipament de comunicacions i informàtic específic.

PERFIL DE PERSONA USUÀRIA:

Persones majors de 65 anys amb dificultats d'autonomia que viuen soles o romanen un considerable nombre d'hores diàries sense supervisió.

ENTITAT ORGANITZADORA:

Ajuntament de Calvià

DADES DE CONTACTE:

Treballadores Socials del Programa d'Atenció Social a la Gent Gran. Serveis Socials Comunitaris.

LLOC INFORMACIÓ RECURS:

- *Centre Municipal de Serveis Socials Palmanova*
C/ Diego Salvà Lezaun, 2
Tel. 971 13 26 45

- *Centre Municipal de Serveis Socials Ses Rotes Velles (Santa Ponça)*
C/ Riu Sil, 4
Tel. 971 693 351

- *Centre Municipal de Serveis Socials Son Ferrer.*
C/Àliga, 54.
Tel. 971 230 142

LLOC ON ES DESENVOLUPA L'ACTIVITAT:

Al domicili