



Boletín de prensa

22 de enero de 2018

Realizan en Tula, acciones integrales para Adultos Mayores

A partir del miércoles 7 de febrero, iniciarán dos actividades para ofrecer a la población adulta mayor tulense, desarrolladas por el Instituto para la Atención de las y los Adultos Mayores, con la coordinación directa de la oficina de Atención a Programas Sociales de la Presidencia Municipal de Tula: el inicio del Curso Hidalgo Envejecimiento Exitoso y Temas para un Envejecimiento Exitoso; ambos sin costo.

El primero, el Curso Hidalgo Envejecimiento Exitoso, que ya fue impartido en Tula durante el segundo semestre del año pasado; esta vez iniciará en la Ciudad Cooperativa de Cruz Azul, con la finalidad de acercar este curso a los habitantes de esa zona.

De manera conjunta, este curso se acerca a través del Club Deportivo, Social y Cultural Cruz Azul, el cual consta de 12 sesiones que serán impartidas los días miércoles de meses de febrero, marzo y abril, en un horario de 9 de la mañana a una de la tarde, en el Centro Social del Club Deportivo Social y Cultural, situado en la colonia Chamizal, en Cruz Azul.



El objetivo del curso es que los participantes aprendan a tener una vejez saludable, activa y productiva, a través del conocimiento de prácticas y hábitos que mejoren su estado físico, mental y social.

Para mayores informes e inscripciones se pueden dirigir a la oficina de Coordinación de Programas Sociales (junto al auditorio municipal de Tula) o llamar al teléfono 773 1002181. O bien, presentarse en la oficina con copias del CURP, comprobante de domicilio, del INE y una foto tamaño infantil.



Respecto al inicio de Temas para un Envejecimiento Exitoso, está pensado para aquellas personas que ya cursaron el Curso Hidalgo, en Tula el año pasado, pero conocieron se tendría la continuidad bajo el esquema de varios temas.

No obstante, queda abierta la invitación a la población en general si tienen a partir de 45 años o más; de igual forma, serán 12 sesiones en tres meses (febrero, marzo y abril), los días miércoles en horario de 9 de la mañana a una de la tarde, pero en el auditorio municipal de Tula.

Los temas a abordar son: risoterapia, estimulación cognitiva y gimnasia cerebral, psicodanza, tanatología, higiene del sueño, alimentación saludable, y entrenamiento para personas con diabetes.

El curso no tiene costo y se entregará constancia de participación avalada por el Instituto para la Atención de las y los Adultos Mayores.



JORNADAS MÉDICAS GERONTOLÓGICAS

Para un envejecimiento saludable el gobierno municipal en conjunto con el Gobierno de Hidalgo, a través del Instituto para la Atención de las y los Adultos Mayores, el lunes 29 de enero llevará a la comunidad de El Llano Segunda Sección, las Unidades Móviles Gerontológicas.

El cuidado de la salud es una de las ocupaciones del gobernador del estado, indicó Bruno Nájera Cruz, encargado de la oficina de Coordinación de Programas Sociales, en el ayuntamiento de Tula; quien agregó que el presidente municipal, Gadoth Tapia Benítez, siempre ha estado alerta a las gestiones en beneficio de este sector de la población.



Los servicios son gratuitos, solo deben presentar copias de INE (IFE) Y CURP. Servicios Atención médica gerontológica, odontogeriatría, enfermería, optometría, donde se estarán entregando lentes a quien los requiera.

La atención es para las personas mayores de 60 años, quienes deben presentarse con una copia de INE y CURP, en el punto de reunión en las canchas de la plaza comunitaria en El Llano segunda sección, a partir de las 9 y media de la mañana.

MIÉRCOLES 07 DE FEBRERO 2018

PARA UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

Curso Hidalgo de Envejecimiento Exitoso

Forma parte del envejecimiento exitoso de Hidalgo

Objetivo
Que los participantes aprendan a tener una vejez saludable, activa y productiva a través del conocimiento de prácticas y hábitos que mejoren su estado físico, mental y social.

Estructura del curso.
taller impartido por especialistas del área

- 1- ¿Qué es Gerontología?
- 2- Salud en la vejez
- 3- Envejecimiento activo, exitoso y productivo
- 4- Temas de interés para las personas adultas mayores y sus familias

***Se entregará constancia de participación avalada por el IAAMEH**

Cupo limitado

12 SESIONES EN 3 MESES

MIÉRCOLES 09:00 A 13:00 HRS.

SEDE
CENTRO SOCIAL DEL CLUB DEPORTIVO SOCIAL Y CULTURAL CRUZ AZUL COL. EL CHAMIZAL

**¡¡ GRATUITO!!
A partir de los 45 años**

INFORMES E INSCRIPCIONES
COORDINACIÓN DE PROGRAMAS SOCIALES, (JUNTO AL AUDITORIO MUNICIPAL)
TELÉFONO: (773 1002187)

PRESENTARSE CON CURP, COMPROBANTE DE DOMICILIO, INE Y FOTO INFANTIL.

JORNADAS MÉDICAS GERONTOLÓGICAS



SERVICIOS:

- ATENCIÓN MÉDICA GERONTOLÓGICA
- ODONTOGERIATRÍA
- ENFERMERÍA
- OPTOMETRÍA

INSTITUTO PARA LA ATENCIÓN DE LAS Y LOS ADULTOS MAYORES

ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS, PRESENTARSE CON 1 COPIA DE INE (IFE) Y CURP EN EL PUNTO DE REUNIÓN.

EL LLANO

2^a SECCIÓN
EN LAS CANCHAS

29

ENERO
9:30 AM

MIÉRCOLES
07
DE FEBRERO 2018



**TEMAS PARA UN
ENVEJECIMIENTO SALUDABLE:**

RISOTERAPIA
**ESTIMULACIÓN COGNITIVA Y
GIMNASIA CEREBRAL**
PSICODANZA
TANATOLOGÍA
HIGIENE DEL SUEÑO
ALIMENTACIÓN SALUDABLE
ENTRENAMIENTO PARA DIABÉTICOS

12 SESIONES
EN 3 MESES

DE 09:00 A
13:00 HRS.

SEDE
EN EL AUDITORIO
MUNICIPAL DE
TULA DE ALLENDE

INFORMES E INSCRIPCIONES
COORDINACIÓN DE PROGRAMAS SOCIALES, (JUNTO AL AUDITORIO MUNICIPAL)
TELÉFONO: (773 1002181)

PRESENTARSE CON CURP, COMPROBANTE DE DOMICILIO, INE Y FOTO INFANTIL.