



MAYORES

GUÍA DE RECURSOS

para un envejecimiento saludable



2024

Atención social

- Ayudas económicas.
- Servicio de ayuda a domicilio.
- Banco de ayudas técnicas.
- Gestión de la dependencia.

Promoción de la salud

- Escuela de mayores.
- Atención a la soledad no deseada.
- Parques biosaludables.
- Paseos saludables.
- Formación a cuidadores/as.
- Actividad física.

Ocio y tiempo libre

- Actividades intergeneracionales.
- Talleres y cursos.
- Vacaciones sociales y termalismo.
- Tarjeta del mayor.
- Talleres de verano.

Participación social

- Centros sociales.
- Asociaciones de mayores.
- Voluntariado.

Atención psicológica

Atención jurídica

Información y consultas

966 755 639

www.mancomunidadlavega.es