



Comunicado de Prensa Calvià
20 de junio de 2024

LA LLAR DE CALVIÀ INICIA LAS SALIDAS DE LOS RESIDENTES A PLAYAS DEL MUNICIPIO DOS VECES POR SEMANA DURANTE EL VERANO

*La medida busca mejorar el estado de ánimo de los mayores
y romper con la rutina*

La Llar de Calvià ha puesto en marcha nuevas actividades para los residentes al aire libre. Desde esta semana han comenzado las salidas a las playas del municipio que se programan los lunes y los jueves. La primera salida ha sido a Palmanova. Esta medida se enmarca en un plan de dinamización para ofrecer experiencias lúdicas y saludables al alrededor de 60 residentes de la Llar. El año pasado se puso en marcha con excelentes resultados la equinoterapia que recientemente ha dado paso a la canoterapia. De la misma manera se programan con frecuencia salidas de los residentes.

Juan Caimari, gerente de la Llar de Calvià, ha explicado que «debemos romper constantemente con la rutina, el mayor enemigo de la *gent gran*. Por ello buscamos formas de que los residentes puedan tener nuevas experiencias y alternativas tanto dentro como fuera de la Llar. Lo importante es que cada cierto tiempo planteemos cambios que los mantengan activos y con ilusión. Pequeñas iniciativas como ir a la playa pueden parecer poca cosa, pero para muchos de nuestros residentes es una experiencia que hacía años que no vivían».

Por su parte, Fina Riera, psicóloga del centro, apunta que «ir a la playa les aporta grandes beneficios, experiencias sensoriales como volver a sentir la arena, el agua, la brisa marina... Y también saludables, como la moderada exposición al sol para obtener vitamina D y mejorar el estado de ánimo».

C/ Julià Bujosa Sans, batle, 1. 07184 Calvià. Illes Balears Tel. 971 139 136 · a/e:
comunicaciocalvia@calvia.com



Comunicat de premsa Calvià
20 de juny de 2024

LA LLAR DE CALVIÀ INICIA LES SORTIDES DELS RESIDENTS A PLATGES DEL MUNICIPI DOS PICS PER SETMANA DURANT L'ESTIU

*La mesura cerca millorar l'estat d'ànim dels grans i
rompre amb la rutina*

La Llar de Calvià ha posat en marxa activitats noves per als residents a l'aire lliure. D'aquesta setmana ençà han començat les sortides a les platges del municipi que es programen els dilluns i els dijous. La primera sortida ha estat a Palmanova. Aquesta mesura s'emmarca a un pla de dinamització per oferir experiències lúdiques i saludables al voltant de 60 residents de la Llar. L'any passat es va posar en marxa amb resultats excel·lents l'equinoteràpia que fa poc ha donat pas a la canoteràpia. De la mateixa manera es programen sovint sortides dels residents.

Juan Caimari, gerent de la Llar de Calvià, ha explicat que «hem de rompre constantment amb la rutina, l'enemic més poderós de la gent gran. Per això, cercam formes de què els residents puguin tenir experiències noves i alternatives tant dins com fora de la Llar. El que és important és que cada cert temps plantegem canvis que els mantenguin actius i amb il·lusió. Iniciatives petites com anar a la platja poden semblar poca cosa, però per a molts dels nostres residents és una experiència que feia anys que no vivien».

Per la seva banda, Fina Riera, psicòloga del centre, apunta que «anar a la platja els aporta beneficis grans, experiències sensorials com tornar a sentir l'arena, l'aigua, la brisa marina... I també saludables, com la moderada exposició al sol per obtenir vitamina D i millorar l'estat d'ànim».

C/ Julià Bujosa Sans, batle, 1. 07184 Calvià. Illes Balears Tel. 971 139 136 · a/e:

comunicaciocalvia@calvia.com