



# MAYORES

# GUÍA DE RECURSOS

para un envejecimiento saludable

2024

 MANCOMUNIDAD  
LA VEGA



Década  
del envejecimiento  
saludable

## 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](http://www.mancomunidadlavega.es)