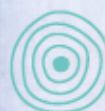


A photograph of an elderly couple standing outdoors. The man on the left has grey hair, a mustache, and wears glasses and a green button-down shirt. The woman on the right has short grey hair and is wearing a white button-down shirt. They are both smiling warmly at the camera. The background is a soft-focus green, suggesting foliage.

Guía de recursos para mayores

Vivamos activos
para envejecer bien



Década
del envejecimiento
saludable



MANCOMUNIDAD
LA VEGA

Guía de recursos para mayores

Vivamos activos para envejecer bien

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.
- Rutas saludables.
- Formación a cuidadores/as.
- Actividad Física.
- Círculo de cuidados.

Atención psicológica

Atención jurídica

Ocio y tiempo libre

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

Participación social

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

Información y consultas

966 755 639

www.mancomunidadlavega.es



2026