

## Artés presenta un programa per tractar la dependència i els cuidadors



*Presentació del programa 'Activem-nos i respirem' a Artés. Foto: AjART*

L'Àrea de Serveis a les persones de l'Ajuntament d'Artés ha presentat aquest divendres el programa "Activem-nos i respirem" amb l'objectiu principal de potenciar els recursos socials del municipi.

"Activem-nos i respirem" és un programa que va dirigit a persones amb dependència i a gent gran (Activem-nos) i també als seus familiars (Respirem). Els objectius de l'Activem-nos són, entre d'altres, millorar l'atenció integral de les persones grans amb dependència o discapacitat, promocionar la seva readaptació social i funcional i contribuir al manteniment de les capacitats físiques i psíquiques conservades, retardant el seu deteriorament global. L'objectiu principal dirigit als familiars és millorar la qualitat de vida dels cuidadors informals, proporcionant-los un temps de descans, i donant recursos de resposta a determinades situacions familiars imprevistes, afavorint el tractament de la persona dependent, i la conciliació de la vida familiar i laboral.

Així doncs, es duran a terme diverses activitats (tallers de memòria, cuina i jardineria, activitats artístiques, musicals i de relaxació, manualitats, xerrades, etc.) cada matí, de dilluns a divendres, al Centre Cívic d'Artés.

Les activitats seran gratuïtes i comptaran amb la supervisió d'una terapeuta ocupacional, una educadora social i un fisioterapeuta. Per tothom que hi estigui interessat es pot adreçar a l'àrea de Serveis socials de l'Ajuntament.