martes 13 de octubre de 2026

La Diputación lleva la actividad deportiva a personas mayores de 25 municipios a través del programa Bienestar y Salud

Por tercer año esta iniciativa tiene como objetivos potenciar y mantener las capacidades físicas y cognitivas de la población, prevenir el sedentarismo y promover el ocio activo



Descargar imagen

Fomentar la actividad física al aire libre entre las personas mayores y colectivos que tienen más complicado el acceso a ella es el objetivo del programa Bienestar y Salud que, por tercer año, la Diputación de Huelva pone en marcha a través de sus áreas de Deportes y Servicios Sociales, en colaboración con los ayuntamientos que se suman a esta iniciativa.

Un programa que en esta temporada llegará a 25 municipios de la provincia, “para atender a la multitud de solicitudes que hemos tenido, la mayoría de menos de 5.000 habitantes, ya que el objetivo es precisamente hacer llegar a este servicio a aquellos mayores y personas de municipios más pequeños, acercándolo a ayuntamientos carecen de muchos recursos, y que durante cuatro semanas puedan desarrollar este programa de actividad física y salud en su población”, ha explicado el diputado de Deportes, Juan Daniel Romero.

Para la diputada de Servicios Sociales, Carmen Díaz, esta propuesta “responde algo tan importante como es el propósito de cuidar”. El trabajo conjunto de su área y la de Deportes hace posible “mejorar la salud y la vida de las personas participantes, desde los más pequeños a los más mayores, sin olvidar a las personas con discapacidad con las que también trabajamos, acercándoles el deporte para mejorar su salud física y emocional”.

Según Carmen Díaz, el deporte, las relaciones personales y, sobre todo, el contacto con los demás y con el medio, “favorecen el bienestar, y eso es lo que queremos brindar con esta práctica deportiva a todos los municipios: porque personas que quizá no hayan practicado nunca deporte, cuando lo hacen, pueden comprobar el beneficio que le

2019 © Diputación Provincial de Huelva

aporta". Algo que "especialmente da mucha vida a nuestros mayores, que merecen que les devolvamos algo de todo lo que han aportado, y eso es lo que hacemos desde la Diputación". Un programa que contribuye, además "a combatir la soledad, ya que favorece las relaciones en entre ellos, para que, a partir del deporte, los hábitos de vida saludable y la alimentación, se fomenten salidas culturales para que sigan manteniendo un espíritu activo".

Desde la Diputación de Huelva, ha añadido, se va a continuar trabajando para que la actividad física, el envejecimiento activo y el bienestar lleguen a todos los rincones de la provincia, porque "cuando cuidamos de las personas, cuidamos de Huelva".

El Programa Bienestar y Salud se desarrollará durante cuatro semanas en cada uno de los municipios donde se celebra. Sus objetivos principales son potenciar, estimular y mantener las capacidades necesarias para conseguir realizar las actividades de la vida diaria, básicas e instrumentales, como son la movilidad general, la marcha, el equilibrio y la psicomotricidad.

Además persigue mantener las capacidades sensoriomotoras, psicológicas, cognitivas y psicosociales necesarias para alcanzar el mayor grado de independencia. También contribuye a estimular y mantener las capacidades cognitivas que se van afectedas por el envejecimiento, memoria, atención, percepción, pensamiento lógico y abstracto, orientación temporal, espacial y personal, secuenciación, lenguaje y comunicación verbal y no verbal.

Para ello ofrece un programa de ocio y tiempo libre para evitar el sedentarismo, potenciar su autoestima e incentivar las relaciones sociales, consiguiendo establecer nuevas relaciones a través del ocio.

Para la anualidad 2026-2027, se desarrollará el programa en los siguiente municipios: Campofrío, La Granada de Riotinto, Berrocal y Zufre (Sierra 1); Castaño del Robledo, Alájar, Fuenteheridos y Linares de la Sierra (Sierra 2); Santa Ana la Real, Los Marines, Cañaveral de León, La Nava y Arroyomolinos de León (Sierra 3); Alosno, Villanueva de las Cruces, La Zarza-Perrunal y El Cerro de Andévalo (Andévalo 1); El Almendro, Villanueva de los Castillejos, San Bartolomé de la Torre y El Campillo (Andévalo 2); y Beas, Niebla, Villarrasa, Paterna del Campo (Campiña).

2019 © Diputación Provincial de Huelva