

Inter red Municipio A



Inter-red
*de Adultos
Mayores*



Red de adultos
mayores
Zona 14



**Qué es la Inter red, y cómo influye en la calidad
de vida de los adultos y adultas
Mayores en la comunidad**



La Inter-Red de Adultos Mayores comenzó a funcionar en julio de 2015 y quedó formalmente conformada a partir de setiembre.

En cada zona del Municipio A, existe una Red Zonal de Adultos Mayores.

La Inter-Red es el espacio de encuentro y coordinación de las tres redes zonales.





Hay más de 264000 adultos mayores en Montevideo 34000 pertenece al municipio a, y estimamos que 3000 son los que están vinculados a las redes.



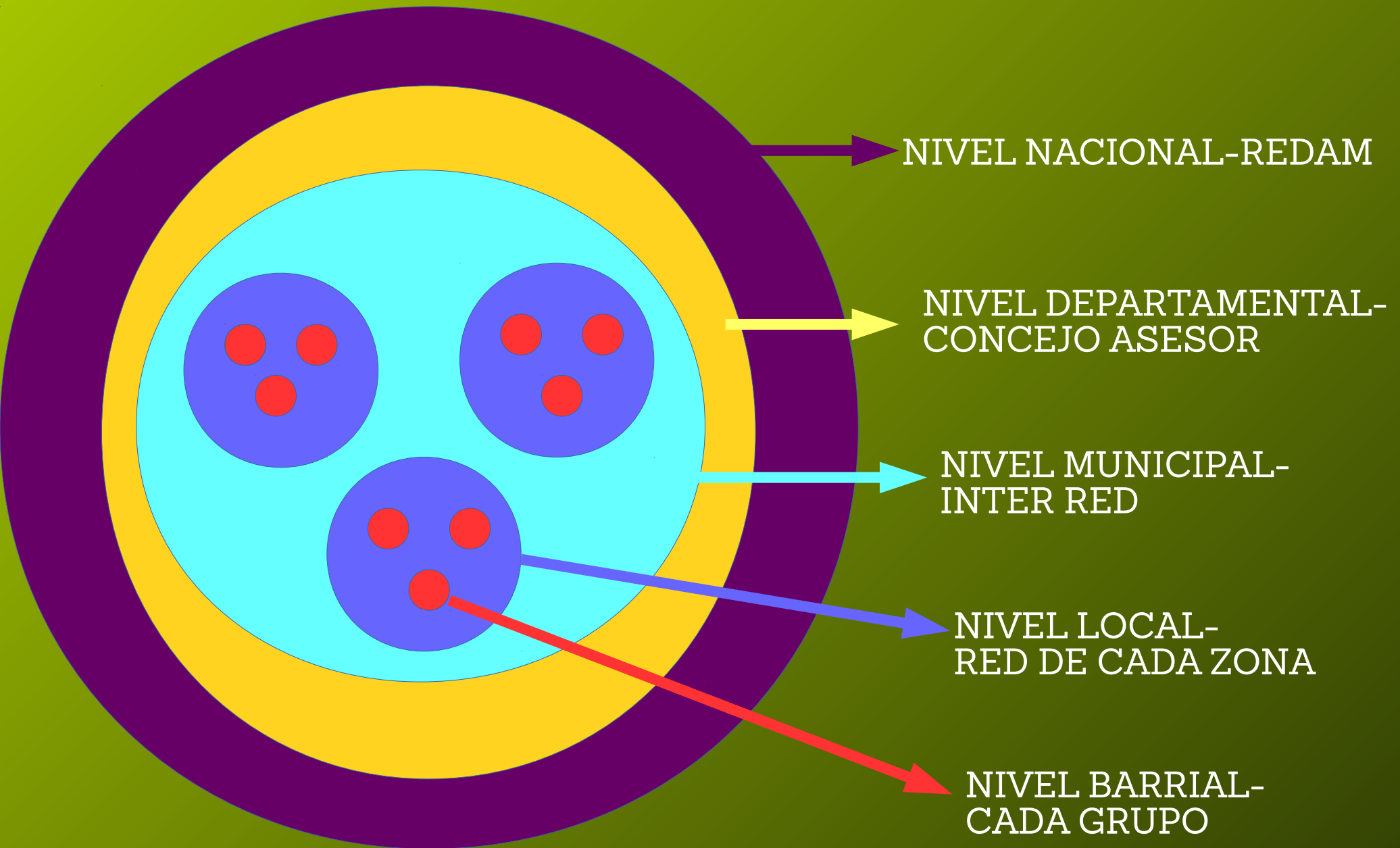
Inter Red



Se trabaja desde 4 denominadores comunes:

-  Recreación y disfrute
-  Circulación de información, recursos y saberes entre los adultos mayores
-  Espacios de reflexión y reivindicación en cuanto a nuestros derechos
-  Instancias de intercambio intergeneracional

Espacios de participación de los que formamos parte



Actividades de las cuales participan los adultos mayores en las diferentes redes

Talleres literarios

Café literarios

Hidrogimnasia

Bailes

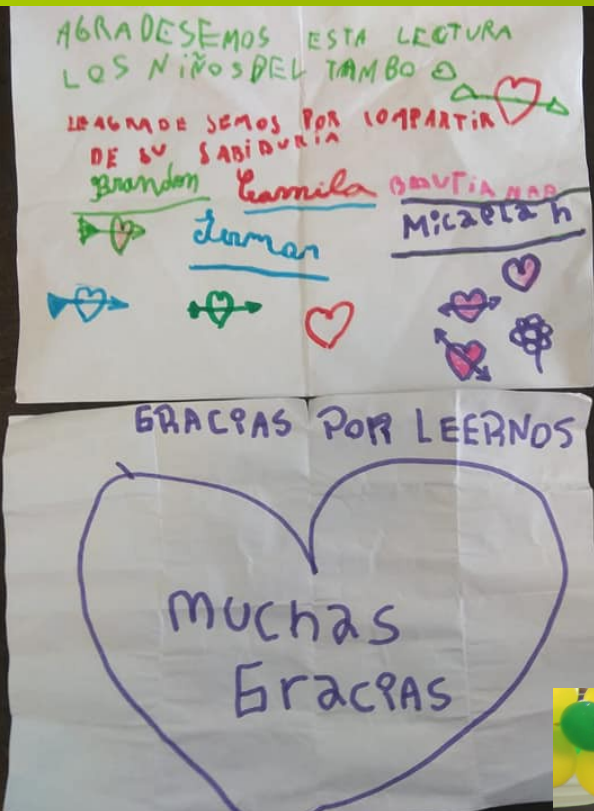
Talleres sobre prevención de enfermedades , hipertensión, caídas

Paseos

Murga

Alfabetización digital

Actividad física



Lecturas en instituciones educativas

Fiestas temáticas





Coros

Talleres
ActivaMente





Carnaval

Festejo día de los abuelos



Cómo todas estas actividades en las cuales participamos los adultos y adultas mayores contribuyen a mejorar nuestra calidad de vida?



Prevención de enfermedades



Menos medicación



Envejecimiento activo



Rol terapéutico



Acompañamiento y sostén



Re valorización del rol del adulto mayor



Impacto a nivel familiar