

# CUADERNO DE BITÁCORA

## "Mayores En Movimiento....."

### LA TALA

Programa de Atención y Apoyo a Personas Mayores del Medio Rural

Comarca Reserva Biosfera Sierra de Béjar y Francia.

Lugar:

ASAM

C/ Castillo nº 1 S. Esteban de la Sierra.

Día y Hora:

Teléfono: 923 43 51 55 Extensión 3

ORGANIZA:



FINANCIA: Centro Piloto de Formación "RedNacimiento"

*Colectivos*

C/ García y Cascón nº 9 Fuentes de Béjar

*Solidaridad*

Teléfono: 923 15 17 41



GOBIERNO DE EXTREMURA

INSTITUTO DE SANIDAD POLÍTICA SOCIAL Y IGUALDAD

POR SOLIDARIDAD  
Y OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

[www.mayoresenmovimiento.wordpress.com](http://www.mayoresenmovimiento.wordpress.com)

El martes estuvimos a la reunión  
que vinieron los chicos al centro se portaron  
muy bien nos divertimos mucho hicimos un modo  
de fisioterapia y eso nos valió mucho para  
pasarlo muy bien

Cándida y Bienve

el Martes 12 de Junio - 2013

Nos reunimos todos con 2 señores que vinieron  
para hacer unos ejercicios y darnos unas charlas  
que lo pasamos muy bien, a quien salen de las  
juvilados pues es ~~vii~~ ~~no~~ que no se olviden de las  
Personas mayores.

Pilar Sánchez

El martes día 20 de Junio nos reunimos  
en el Centro de mayores, con los animitores  
que son muy simpáticos y agradables;  
se trató de un tema, a forma de memorizar,  
y risoterapia, y como nos debemos de compor-  
tarnos, con el prójimo,

Espero que el próximo jueves lo pasemos  
también, y seamos más a competir

W. Martín

El día 20 de junio me he incorporado al curso que nos da la maestra Ester que es una persona muy competente, simpática y agradable pasando un rato muy ameno y agradable, y me recomiendo, ya que en los pueblos pequeños tenemos pocas posibilidades para mejorar.

Atenciosamente

Estamos haciendo un curso en el Centro de  
mayores.

Estuvimos el jueves día 27, con los monitores  
Ester y Tahel que son muy majos y agradables.

Lo pasamos muy bien con ellos.  
Ester ayudan a pasar un rato muy feliz, sabiendo  
de la monotonía de casa. Ester hacen recordar cosas  
del pasado, que nos viene muy bien.

Ese día hicimos un ejercicio, que nos ayudo a  
memorizar, cosas, y charlar un rato, ya que en este  
pueblo se hace poco para reunirse. y cambiar impresiones.  
Ester que en los días que nos quedan, lo pasamos  
muy bien, y lo recordamos siempre.

Ester

Día 5 de Julio Puumos al centro  
que solemnemente venían 2 chicos  
a darnos unos charlos lo cual nos relaja  
mucho y aprendemos de lo que nos explican  
de la vida de hoy día que no es como la de  
antes que no teníamos combinación para ir a los  
sitios hacia los vendedores no lo traen a la puerta  
de casa de toda clase frutas verduras pescas  
no nos plata de nada. dulces de todas las  
clases.

Conchita Agustín

El día 11 de julio estube en el curso que nos dio Saul que como ellos que he dicho anteriormente es un chico muy aajo y tiene mucha paciencia, nos estuvo enseñando como manejar el tipo móvil que para los mayores nos viene muy bien.

La forma es que vamos muy lentos.

Pues nos gusta criticar que en los pueblos pequeños no nos dan nada, y cuando tenemos algo no se correa, si es por la mañana porque es de mañana y es por la tarde idem. A la conclusión que he llegado es que no tenemos espíritu de sacrificio, y no pensamos, más que en la comodidad de uno mismo lo digo con toda sinceridad.

Desección