

TOYOTA VERSO

por **18.990 €***

*Ver condiciones en la web



DESCÚBRELO
PRUÉBALO



TOYOTA

PRIVALIA*



NIKE
-60%

COMPRA YA >

Utilizamos "cookies" propias y de terceros para elaborar información estadística y mostrarle contenidos, servicios y publicidad personalizada a través del análisis de su navegación. Si continua navegando acepta su uso. [Más información y cambio de configuración.](#) ✓

Hemeroteca | Suscríbete | Clasificados | Miércoles, 29 abril 2015 | Cartelera | TV | Tráfico | [Identificate o Regístrate](#)

CÓDIGOS REGALO: ¿TE HAN REGALADO UNA SUSCRIPCIÓN ANUAL? [CANJEA AQUÍ TU CÓDIGO REGALO Y DISFRUTA DE UN AÑO DE SUSCRIPCIÓN DIGITAL](#)

www.levante-emv.com

Levante

EL MERCANTIL VALENCIANO

Valencia 22 / 14°

Castelló 22 / 14°

Alicante 22 / 14°

C.Valenciana
Más noticias
Deportes
Economía
Opinión
Ocio
Vida y Estilo
Participación
Multimedia
Servicios
Suscriptor

Valencia
Castelló
Comarcas
La Safor
La Ribera
La Costera-La Canal-La Vall d'Albaida
El Camp de Morvedre
L'Horta
La Marina
Sucesos



Levante-EMV » [Comunitat Valenciana](#)

1 | 4 | 7

Salud

Estudiar y ser voluntario ayudan a tener un envejecimiento activo

Una jornada en Valencia defiende que la principal fuente de vida cuando pasan los años es estar activo
29.04.2015 | 00:32

P. G. DEL BURGO | VALENCIA Vivir más pero vivir bien, sin limitaciones físicas y con la mente y el cuerpo activos. Esta es la principal conclusión de la primera jornada de Envejecimiento activo que se celebró ayer en el Palau de la Colomina, organizada por la CEU-UCH y la Fundación Salud y Comunidad.

Dieciocho de cada cien habitantes de España ya ha superado los 65 años (8,5 millones) y en 2050, dentro de tres décadas, la bolsa de población mayor se duplicará.

La profesora del Departamento de Psicología Biológica y de la Salud de la Universidad Autónoma de Madrid, Dolores Zamarrón, alertó en su intervención de la amenaza que suponen los estereotipos negativos hacia la vejez en el primer mundo, que pueden convertirse en un obstáculo a veces insuperable „si la creencia es muy firme„, para que la sociedad ponga todo de su parte para que el paso de los años sea contemplado como una etapa más de la vida que hay que promover.

La experta indicó que lo que se busca es aumentar la esperanza de vida, «libre de discapacidad, ya que eso significa aumentar los años de vida». Pero para vivir más y mejor es necesario estar activo, ya que la actividad es «una fuente de salud y vitalidad», agregó Mazarrón.

Las dos principales actividades a realizar son la formación y el voluntariado, como se desprendió de las aportaciones que varias personas realizaron en la mesa redonda que abordó «La participación social de los mayores como forma de envejecimiento activo y de contribución a la sociedad».

«Ser voluntario me da vida»

Francisco González relató su labor como voluntario en comunidades terapéuticas para personas con problemas de alcoholismo „«que me da vida»„, tarea que compagina con sus responsabilidades como presidente de la Fundación Salud y Comunidad.

Blanca Martínez, la presidenta de la Federación Valenciana de Alumnos y Exalumnos de los programas universitarios para mayores se definió a sí misma como «una mujer activa que quiere seguir sirviendo a la sociedad». La ponente abogó para que los mayores aporten su sabiduría a la sociedad, un principio absolutamente presente en el continente africano y asiático, y animó a los numerosos participantes a la jornada a tener «una actitud positiva ante la vida».

Por su parte, Dionisio Biot, presidente de Seniors Españoles para la Cooperación Técnica dio a conocer su experiencia como voluntario en apoyo a los jóvenes emprendedores. «Hay que buscar ventanas de actividad que nos permitan seguir participando, para que la sociedad se beneficie de nuestra experiencia y nos den una perspectiva de vida activa y de relaciones para sentirnos útiles».

Mientras tanto, la responsable de la asociación de alumnos de la Universidad Permanente de Alicante defendió la necesidad de mantener la ilusión por aprender, «debemos ser activos para estar presentes en la sociedad».

Cuponísimo



ANTES 50€ **-76%** **12€**

Nou Salut Centro Médico

Quiropodía

[Más ofertas en cuponísimo.levante-emv.com](#)

Lo último	Lo más leído
1. Los pasajeros del ferry incendiado llegan al puerto de Palma	1. Los pasajeros del ferry incendiado llegan al puerto de Palma
2. Encuentran a un hombre muerto en plena calle en Sagunt	2. Encuentran a un hombre muerto en plena calle en Sagunt
3. El B2 de inglés valdrá dos puntos en las oposiciones docentes del Consell	3. El B2 de inglés valdrá dos puntos en las oposiciones docentes del Consell
4. La pequeña Nayra podrá ser operada en Estados Unidos	4. La pequeña Nayra podrá ser operada en Estados Unidos
5. Facua denuncia a Cajamar por pedir a sus clientes que aclaren si tienen "alguna actividad política"	5. Facua denuncia a Cajamar por pedir a sus clientes que aclaren si tienen "alguna actividad política"
6. Florentino Pérez: "Figo ha sido un cabrón, como Raúl"	6. Florentino Pérez: "Figo ha sido un cabrón, como Raúl"
7. Carmelo Gómez abandona el cine y la televisión	7. Carmelo Gómez abandona el cine y la televisión
8. El ayuntamiento excluye a 52 niños de las becas de comedor porque sus padres deben impuestos	8. El ayuntamiento excluye a 52 niños de las becas de comedor porque sus padres deben impuestos
9. Acuerdo con Gayà hasta 2020	9. Acuerdo con Gayà hasta 2020
10. Imelsa usaba dos pisos secretos para gestionar los expedientes más sensibles	10. Imelsa usaba dos pisos secretos para gestionar los expedientes más sensibles

Comunitat Valenciana

La formación afirma que Carsan Rent a Car facturó más de 300.000 euros en 2010 y 2012 a Juan y...

Y a hç est Car dor