



# Memoria

Coordinadora Cristina Herrero

# MEMORIA

## Centro de Adultos de Viver

### Datos Generales

- **Nombre del centro:** Centro de Adultos Alto Palancia extensión Viver
- **Ubicación:** Viver (Castellón)
- **Entidad responsable:** Ayuntamiento de Viver
- **Ámbito de actuación:** Educativo, saludable, comunitario y social
- **Población destinataria:** Personas adultas y adultas mayores del municipio

### Introducción.

La existencia de un Centro de Adultos en la localidad responde a la necesidad de ofrecer un espacio integral de atención, acompañamiento y desarrollo personal para personas adultas y adultas mayores, promoviendo su bienestar físico, emocional, social y cognitivo.

En un entorno rural como Viver, el Centro de Adultos desempeña un papel fundamental como recurso comunitario, favoreciendo la cohesión social, la prevención del aislamiento y la participación activa de las personas adultas en la vida del municipio.

La FPA de Viver ofrece servicios y actividades orientadas a la educación permanente, la recreación, la promoción de la salud, el fortalecimiento de la autonomía y la integración comunitaria. Asimismo, funciona como un espacio de encuentro donde se fomenta la socialización, el intercambio de experiencias y el envejecimiento activo y saludable. Sin olvidarnos que también contribuye a prevenir el deterioro físico y mental, reducir la soledad, fortalecer la autoestima y reconocer el valor social de las personas adultas como miembros activos de la comunidad. Por ello, su implementación resulta fundamental para garantizar inclusión, equidad y una mejor calidad de vida en esta etapa de la vida.

### Objetivo General

Promover el bienestar integral de las personas adultas mediante un espacio comunitario que favorezca la inclusión social, el aprendizaje permanente,

la participación activa y el envejecimiento saludable, fortaleciendo su vínculo con la comunidad y las instituciones locales.

## Actividades Realizadas

Durante el curso se han desarrollado diversas actividades, organizadas en las siguientes áreas:



### Área Formativas

- Talleres de alfabetización digital en diferentes niveles.
- Cursos FIPA: Educación de base, Memoria y Cultura General
- ESPA: preparación para el Graduado en Educación Secundaria
- Idiomas Básicos: inglés y valenciano
- Castellano para extranjeros.
- Charlas informativas de interés general.



### Área de Salud y Bienestar

- Gimnasia suave y mantenimiento físico, para mayores
- Charlas de promoción de la salud y prevención.
- Zumba
- Pilates



### Área Cultural y Recreativa

- Taller de manualidades navideñas
- Celebración de fecha señaladas y salidas culturales.
- Exposiciones



### Área Social y Comunitaria

- Espacios de encuentro y convivencia.
- Participación en actividades municipales.
- Colaboración con otras entidades locales y comarcales



## **Participación y Perfil de las Personas Usuarias**

El Centro de Personas Adultas cuenta con una participación diversa y activa, reflejo de la pluralidad de intereses, edades y trayectorias vitales de sus personas usuarias. Se identifican principalmente dos grandes perfiles que dinamizan la vida del centro y orientan la oferta formativa y sociocultural.

### **Personas adultas jóvenes con titulación académica**

Un sector significativo de las personas usuarias está compuesto por adultos y adultas jóvenes que cuentan con titulación académica previa o necesitan obtenerla. Este grupo participa activamente en el centro con el objetivo de:

- Ampliar o actualizar sus competencias formativas.
- Mejorar su empleabilidad y desarrollo profesional.
- Acceder a formación complementaria, digital o especializada.
- Mantener un aprendizaje continuo a lo largo de la vida.

Su participación se caracteriza por una alta motivación, asistencia regular y una implicación activa en actividades formativas, talleres y proyectos colaborativos. Este perfil aporta dinamismo, intercambio de conocimientos y una visión actualizada que enriquece el conjunto del centro.

### **Personas mayores: salud, bienestar y gimnasia cerebral**

Otro perfil mayoritario lo conforman las personas de edad más avanzada, cuya participación está especialmente vinculada al mantenimiento de la salud física, cognitiva y emocional. Sus principales intereses se centran en:

- Actividades de promoción de hábitos de vida saludables.
- Gimnasia suave y adaptada.
- Talleres de estimulación cognitiva y gimnasia cerebral.
- Espacios de socialización y envejecimiento activo.

Este grupo encuentra en el centro un espacio fundamental para prevenir el aislamiento social, fortalecer la autonomía personal y mejorar su calidad de vida, mostrando una participación constante y comprometida.

### **Convivencia intergeneracional**

La coexistencia de estos perfiles favorece un entorno intergeneracional enriquecedor, donde se produce un intercambio de experiencias,

conocimientos y valores. Esta diversidad refuerza el papel del centro como un espacio inclusivo, participativo y orientado al bienestar integral de la comunidad adulta.

**Destacamos** la participación de unas 200 personas por curso en una población de 1800 habitantes, porque consideramos que es un hecho significativo.

## **Evaluación y Resultados**

- La valoración general del funcionamiento del Centro de Adultos de Viver es muy positiva. Los objetivos planteados se han cumplido en gran medida, destacando:

- Mejora de la socialización y las relaciones personales.
- Aumento de la participación activa en la vida comunitaria.
- Mejora del bienestar emocional y físico de las personas participantes.
- Elevado grado de satisfacción manifestado por los usuarios.
- En cuanto a las principales dificultades encontradas, se señala el cambio continuo de personal por parte de Conselleria.

## **Recursos Utilizados**

### **Recursos Humanos**

- Profesorado del Ayuntamiento y Conselleria.
- Monitores y colaboradores.
- El alumnado.
- Apoyo incondicional del Ayuntamiento de Viver.
- La subvención de Conselleria que lleva varios cursos siendo una de las más elevadas de la Comunidad Valenciana.

### **Recursos Materiales**

- Espacios municipales.
- Material didáctico y recreativo.

## **Conclusiones**

- El Centro de Adultos de Viver se ha consolidado como un recurso esencial para el municipio, contribuyendo de manera significativa al bienestar y la participación social de las personas adultas. Su continuidad resulta fundamental para seguir promoviendo un envejecimiento activo, la inclusión social y la mejora de la calidad de vida en el entorno rural.

## **Propuestas de Mejora**

- Ampliar la oferta de talleres formativos y culturales.
- Incrementar actividades intergeneracionales.
- Reforzar la coordinación con otros servicios municipales.
- Mejorar los recursos materiales disponibles.