

Jornadas técnicas de la Dirección General de Mayores y Prevención de la Soledad no Deseada 2024

Longevidad activa y saludable



Centro Cultural Alfredo Kraus
13 -14 de noviembre de 2024

PREPROGRAMA

Miércoles, 13 de noviembre de 2024

MAÑANA

- **PRIMER BLOQUE**

Conferencia Marco: La soledad en las personas mayores. Aspectos generales.

El camino hacia la prevención, detección e intervención de la soledad no deseada. Los factores que se asocian con la soledad no deseada: causas y consecuencias.

- **SEGUNDO BLOQUE**

Envejecimiento activo: viviendo plenamente.

La longevidad y el aumento considerable de la esperanza de vida se sitúan como grandes retos y desafíos de futuro para nuestra sociedad. Para poder garantizar que una vida más larga sea a su vez una vida más saludable es necesario promover el mantenimiento de una vida activa.

- **TERCER BLOQUE**

Intergeneracionalidad: conectando experiencia y juventud.

Las relaciones intergeneracionales, al permitir la convivencia entre distintas generaciones, supone un gran beneficio para jóvenes y adultos mayores.

Jueves, 14 de noviembre de 2024

MAÑANA

- **CUARTO BLOQUE**

Soledad no deseada: herramientas para la conexión social.

La soledad no deseada como factor de vulnerabilidad en las personas mayores.

- **QUINTO BLOQUE**

Salud mental. Depresión y soledad.

La soledad y la salud mental están interconectadas. El abordaje de ambas es crucial para el bienestar emocional.

- **SEXTO BLOQUE**

La tecnología como prevención y apoyo frente a la soledad.

Las nuevas tecnologías pueden favorecer el envejecimiento activo, en la medida que nos facilitan el acceso a la información, el acceso a redes sociales, incrementando las oportunidades de participación social, evitando así el aislamiento y la soledad.