



# ADINPOZ

**Adineko pertsonentzat  
arreta zerbitzua**

Servicio de atención  
para personas mayores



AMASA-VILLABONA  
Villabonako Udala

## NORENTZAT DA ZERBITZU HAU?

*¿Para quién es este servicio?*

- **Autonomia egoera, mendekotasun arriskua edota mendekotasun arina aitortua duten 65 urtetik gorako herritarrentzat**

*Para personas mayores de 65 años en situación de autonomía, o en riesgo de dependencia y/o dependencia leve*

- **Hauskortasun, isolamendu sozial edota bakardade egoeran dauden 65 urtetik gorako herritarrentzat**

*Para personas de 65 años en adelante en situación de fragilidad, aislamiento social y/o soledad*

- **Zailtasun egoerak bizi dituzten adineko pertsonentzat (dolu prozesuak, depresio egoerak, autoestimu arazoak..)**

*Para personas mayores que se encuentren en situaciones de dificultad (procesos de duelo, situaciones de depresión, problemas de autoestima...)*

## ZER ESKAINIKO DA?

*¿Qué se ofrece?*

- **Taldeakako jarduerak eta banakako jarraipena**

*Actividades grupales y seguimiento individual*

- **Gizarte-Hezkuntza arloko, eta arlo psikosozialeko esku hartzea**

*Intervención socioeducativa y psicosocial*

- **Bide laguntza**

*Acompañamiento*



## **ZER LANDUKO DA?**

*¿Qué se va a trabajar?*

- **Osasun fisikoa eta kognitiboa lantzeko ariketak eta informazioa**

*Actividades e información para trabajar la salud física y cognitiva*

- **Gizarte harremanak landu eta herriko jardueretan integrazioa**

*Trabajar las relaciones sociales y la integración en las actividades del municipio*

- **Partaideen arteko elkarrizketa, harremanak, parte hartzea...**

*Conversaciones, relaciones y participación entre las personas que conforman el grupo*

- **Eguneroko bizimodua antolatzeke aholkuak**

*Consejos para organizar el día a día*

- **Ongizate emozionala hobetzeko aholkuak**

*Consejos para mejorar el bienestar emocional*

**ADINEKOEN AUTONOMIA  
PERTSONALA SUSTATZEKO**

*PARA PROMOVER LA AUTONOMIA DE LAS  
PERSONAS MAYORES*

**MENDEKOTASUN  
EGOERAK ATZERATZEKO**

*PARA RETRASAR LAS SITUACIONES DE  
DEPENDENCIA*

**NORBERAREN GAITASUN  
PERTSONALAK LANTZEKO**

*PARA TRABAJAR LAS APTITUDES  
PERSONALES*

**BAKARDADE EGOERAK GAINDITZEKO**

*PARA SUPERAR LA SOLEDAD*

**HARREMANAK, ELKARRIZKETA,  
SOZIALIZAZIOA, ESTIMULAZIOA...  
INDARTZEKO**

*PARA REFORZAR LAS RELACIONES, LA  
SOCIALIZACIÓN, LA ESTIMULACIÓN...*

**HARREMAN BERRIAK EGITEKO**

*PARA CREAR NUEVAS RELACIONES*

**HERRI MAILAN PARTE HARTZEKO**

*PARA PARTICIPAR EN EL MUNICIPIO*



# ADINPOZ

**ASTEARTE ETA OSTEGUNETAN**

**10:00 - 13:00**

*LOS MARTES Y JUEVES - 15:30 - 18:30*

**ASTEAZKENETAN**

**15:30 - 18:30**

*LOS MIÉRCOLES - 15:30 - 18:30*

**Villabonako**

**Salbadora Jubilatuen Elkartean**

**(Aldude, 3)**

**ZERBITZUA DOAKOA DA**

*EL SERVICIO ES GRATUITO*

**JARDUERA DINAMIKO ETA LUDIKOAK**

*ACTIVIDADES DINÁMICAS Y LÚDICAS*

**PROFESIONAL ESPEZIALIZATU**

**BATEN LAGUNTZAREKIN**

*CON EL ACOMPAÑAMIENTO DE  
PROFESIONALES ESPECIALIZADOS*

## **Izen-ematea:**

Irailaren 14tik aurrera

Udaletxeko arreta zerbitzuan  
edo Salvadora Jubilauen Elkartean

## **Saio irekiak:**

- irailak 29 - 10:30
- irailak 30 - 15:30

## **Lehen saioa:**

urriak 2

---

## **Inscripciones:**

A partir del 14 de septiembre  
en el Ayuntamiento o en  
Salvadora Jubilatuen Elkartea

## **Puertas abiertas:**

- 29 de septiembre - 10:30
- 30 de septiembre - 15:30

## **Primera jornada:**

2 de octubre