

La soledad, tema central del evento final de Helduari Komunitatea mañana en el auditorio del Reale Arena

[Multimedia](#)

El éxito de la iniciativa constata la demanda de la ciudadanía por formarse y generar nuevas relaciones para tener una jubilación y vejez con calidad de vida

Helduari Komunitatea, la comunidad online para cuidar de la salud física y mental de las personas 55+ de Gipuzkoa, ha sido una iniciativa impulsada por el Colegio Oficial de Enfermería de Gipuzkoa (COEGI), Oniversity -la Universidad on line de Seniors Activos-, y la empresa Bat, Bi ta Hiru, especializada en participación y desarrollo comunitario. La iniciativa, que ha llevado por lema "Lidera tu momento", arrancó en marzo con el objetivo de crear una comunidad online que, mediante charlas, mesas redondas, la interacción en foros o el planteamiento de retos, ayudara a las personas participantes a liderar su futuro y cuidar de su salud física, mental y emocional. Y todo ello con una atención totalmente personalizada.

El 91 por ciento de las personas que han participado en Helduari Komunitatea califican el contenido global de la comunidad como "muy bueno o bueno". "Aprender a aceptarme", "desarrollar ilusiones", "identificar mis necesidades y priorizar", "libertad de elección sin culpa", "cómo reconstruirme tras un problema de salud" o "encontrar alternativas de voluntariado", son algunos de los retos identificados por las más de 100 personas que han participado en esta comunidad.

El proyecto ha sido cofinanciado por el Departamento de Promoción Económica, Turismo y Medio Rural de la Diputación Foral de Gipuzkoa y Adinberri y cuenta con el patrocinio de Bexen Medical. Asimismo, han colaborado Tecnalía y AIUTA (Asociación Internacional de Universidades de la Tercera Edad) y Fundación Real Sociedad, que cede su auditorio para el evento final de mañana.

Con esta cita que se celebrará el jueves, 14 de julio, de 17:00 a 19:00 horas, se pone el broche final a la primera edición de esta iniciativa. El programa será el siguiente:

- Acogida y bienvenida.
- Presentación estrategia Hariak. Raquel San Sebastián, Directora General de Adinberri y Ainhoa Becerra, responsable Innovación Adinberri.
- Mesa redonda: Soledad activa. Un reto individual y social.

Naia Hernantes, enfermera especialista en el ámbito comunitario y profesora UPV/EHU

Borja Gil, enfermero especialista en Salud Mental

Javier Fernández de Troconiz, Presidente de SECOT

Pilar Lekuona, enfermera especialista en Geriátría. presidenta COEGI.

- Coloquio
- Dinámica valoración Helduari Komunitatea
- Foto de familia.

Fecha: Jueves, 14 de julio. Hora: 17:00 – 19:00 horas.

Lugar: Auditorio Reale Arena. San Sebastián (Puerta 2Bis)

Las personas interesadas en asistir al evento pueden apuntarse llamando o enviando un whatsapp al teléfono 625023696 o enviando un correo electrónico a info.helduari@gmail.com
