2019 - 2023

Plan Local de Salud de Lucena

Ayuntamiento de Lucena

SERVICIOS SOCIALES Y SALUD

JUNTA DE ANDALUCIA
CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS

Fotografía portada: Miguel A. Cabeza.
Fotografía página actual: Alejandro López.

5 Presentación política
7 Alcalde
9 1ª Teniente de Alcalde
11 Concejala Delegada de Servicios Sociales y Salud

13 Introducción

13 Justificación

15 Estrategia de acción local en salud: Elaboración del Plan Local de Salud (RELAS)

17 Perfil de Salud Local

23 Priorización

27 Plan de acción
29 1. Línea estratégica hábitos saludables y salud sexual
30 2. Línea estratégica de abuso de sustancias adictivas y mal uso de las tecnologías
32 3. Línea estratégica violencia (infantil, mujer y mayores)
33 4. Línea estratégica envejecimiento de la población
34 Relación de entidades y agentes implicados en el plan de salud local de Lucena

37 Agenda anual de actividades relacionadas con la salud desarrolladas por instituciones, organismos y asociaciones de Lucena

Ayuntamiento de Lucena | Servicios Sociales y Salud
Junta de Andalucía | Consejería de Salud y Familias

Fotografía: Miguel A. Cabeza

PRESENTACIÓN POLÍTICA

Juan Pérez Guerrero
Alcalde

El Plan Local de Salud nace con vocación de permanencia, de seguir creciendo con la implicación de todos y todas, basado en la prevención, la cooperación, la formación y la concienciación ciudadana. Es fruto de la incorporación de este Ayuntamiento al programa RELAS -Red Local de Acción en Salud- promovido por la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía, y responde a la necesidad de concretar y unificar mecanismos e iniciativas en favor del bienestar ciudadano, entendido en el ámbito de la salud de la población lucentina. Permite diseñar una estrategia global que se sustenta en un análisis de partida de los principales problemas de salud, desde una perspectiva general, detectados en la localidad y definir un plan de acción que permita establecer las líneas de intervención de profesionales e instituciones de cara a propiciar y generar recursos que redunden en beneficio de la ciudadanía.

Con un periodo de vigencia de cuatro años, el Plan Local de Salud de Lucena articula sus objetivos a conseguir en torno a cuatro ámbitos de actuación: el envejecimiento de la población; los hábitos saludables; el abuso de sustancias y mal uso de nuevas tecnologías; y la violencia (hacia menores, mujeres y mayores) en un tema que se ha entendido, durante la fase de redacción como “una realidad invisible”.

Este plan, fruto de un trabajo intenso de varios meses, gestiona diferentes vías de actuación y contempla para cada una de ellas objetivos, actividades, recursos y propuestas que habrán de desarrollarse en colaboración con las distintas asociaciones y colectivos locales que tan importante labor vienen realizando en nuestra ciudad desde hace años, cubriendo, en el marco de sus competencias estatutarias, un espacio y una labor que difícilmente hallaría mejor respuesta en manos de la propia Administración Local.

Presentamos un documento que pretende ser transversal en su redacción e implementación a través del trabajo en Red de los distintos

sectores implicados; conformando un vector resultante que halle espacio en las agenda política del gobierno municipal. Se trata, por tanto, de un proyecto que tiene un carácter vivo, dinámico, siempre susceptible de modificación e inclusión de nuevas estrategias que hagan del mismo un modelo eficaz en su seguimiento y ejecución.

Esta importante herramienta que glosamos a través de estas páginas abarca una propuesta abierta, global y coordinada con la totalidad de Delegaciones Municipales, no debiéndose entender como un texto aislado, ya que viene a definir el compromiso y apuesta del Ayuntamiento por la salud, por la asistencia sanitaria de calidad, que permita opciones más sanas, ofreciendo alternativas eficaces que garanticen el bienestar ciudadano, entendido obligatoriamente en clave medioambiental, de consumo y suministros básicos.

Con el Plan Local de Salud se definen propuestas encaminadas a dar tratamiento y respuesta a un escenario complejo que requiere de una intervención dinámica, y se han concretado sobre el proceso de participación ciudadana, ejemplificado, principalmente, en las asociaciones locales y en la implicación de los diferentes agentes intervinientes, entre ellos los profesionales que han aportado y aportan su especial conocimiento para presentarles una declaración atractiva y viable.

Un plan que pretende, por otra parte, poner en valor la labor que a diario y con escasos recursos, en muchas ocasiones, realizan los colectivos de Lucena que argumentan su implicación y participación en el interés y perseverancia decidida de los cientos de voluntarios y voluntarias que entregan parte de su tiempo en favor de los demás.

Concluyo, expresando mi gratitud a la Delegación de Salud del Ayuntamiento de Lucena, representada en las personas de sus concejales delegadas; la que lo inició e impulsó, Teresa Alonso, y la que lo concluye, Carmen Gallardo; a las personas que trabajan y dan vida a la Delegación de Servicios Sociales y, en especial, a quienes integran el Grupo Motor, grandes valedores del éxito de este trabajo que, sin lugar a dudas, habrá de servir para seguir creciendo hacia un modelo de ciudad más equilibrado y sostenible, hacia una sociedad que rompa con todo tipo de desigualdades y sea capaz de construir entornos más seguros y saludables.

Vuestro alcalde,
Juan Pérez Guerrero

Teresa Alonso Montejo
1ª Teniente de Alcalde

El derecho a la salud se presenta como uno de los derechos fundamentales de los individuos. Sólo con su garantía, podemos aspirar al desarrollo de otros objetivos. En la actualidad, conceptos como salud, calidad de vida y bienestar se presentan como propósitos a alcanzar en las sociedades del siglo XXI para la ciudadanía. Entendemos pues la salud en un sentido amplio y no sólo como la mera ausencia de enfermedad.

Presentamos con este documento el Plan Local de Salud. Un trabajo con el que se pretende planificar las guías de actuación en materia de promoción de la salud en nuestra ciudad, elaborado desde el convencimiento de que sólo desde el análisis de los recursos disponibles y las necesidades detectadas es posible la planificación y la dedicación de los recursos públicos de una manera eficiente y sostenible.

La elaboración de este documento ha permitido contar con un espacio de reflexión y debate acerca de hacia dónde queremos ir y qué prioridades debemos marcarnos en los próximos años, contando con el trabajo activo de asociaciones y entidades de diferentes sectores, técnicos y personal municipal de las distintas áreas municipales, técnicos de la delegación territorial de Salud, profesionales del Servicio Andaluz de Salud y la especial dedicación del Técnico de Prevención en Drogodependencias y la Técnica responsable de Programas de Servicios Sociales y Salud de nuestro Ayuntamiento.

Este trabajo entroncado en la estrategia de Red Local de Acción en Salud (RELAS) desarrollada por nuestra Comunidad Autónoma, pretende, en definitiva, ofrecer herramientas para continuar mejorando los recursos disponibles para avanzar en la salud integral de los lucentinos y lucentinas.

Teresa Alonso Montejo
1ª Teniente de Alcalde

Carmen Gallardo López
Concejala delegada de Servicios Sociales y Salud

El Ayuntamiento de Lucena tiene el compromiso de dar prioridad a las políticas locales dirigidas a contribuir a la mejora de salud de la población y a hacer de Lucena una ciudad cada vez más saludable.

En este sentido y con el objetivo de fomentar un estilo saludable de vida en la población , el Ayuntamiento realiza un conjunto de actuaciones, prestaciones y servicios destinados a garantizar la inocuidad y salubridad de los productos alimentarios y a preservar la salud de la población frente a agentes físicos, químicos y biológicos presentes en el medio (protección de la salud) y un conjunto de actuaciones, prestaciones y servicios destinados al fomento de la salud individual y colectiva y al impulso de la adopción de estilos de vida saludables mediante intervenciones en materia de información, comunicación y educación sanitaria (promoción de la salud).

Pero todo ello, con ser necesario, no es suficiente. Nuestro Plan de Salud incluye la participación y la implicación de la comunidad como uno de los aspectos clave, cuenta con la PARTICIPACIÓN CIUDADANA continua y capaz de aglutinar el mayor número de colectivos del municipio, implicándose tanto en la información, que permite recoger sus aportaciones, como en el desarrollo de las acciones que se pongan en marcha. En definitiva este plan no es sólo un plan para la ciudad sino un plan de la ciudadanía.

Como último me gustaría subrayar la importancia de mantener el modelo actual de sanidad como instrumento redistributivo, a la vez que ha logrado unos niveles de calidad de entre los mejores del mundo, lo que hace de nuestro Sistema Nacional de Salud uno de los más eficientes del mundo en términos relativos, tanto en resultados en salud, como económicos o de cohesión social.

Carmen Gallardo López
Concejala de Servicios Sociales y Salud

Ayuntamiento de Lucena SERVICIOS SOCIALES Y SALUD
JUNTA DE ANDALUCIA CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS

Fotografía: Miguel Cantero Saban.

Introducción

En la actualidad, para intervenir en los principales problemas de Salud Pública (obesidad, tabaquismo, adicciones, accidentes, violencia, problemas de salud mental...) hay que dotarse de una visión poblacional, ya que se trata de problemas complejos que se relacionan con circunstancias y características que los determinan: la relación con el entorno medioambiental, la forma de alimentarse, la capacidad de relación social, la actividad física, las adicciones, la forma de percibir los riesgos, el nivel educativo y cultural, el tipo de empleo, el desempleo, la pobreza y la exclusión,...

Surge, por tanto, la necesidad de disponer de un Plan Local de Salud que recoja la planificación y coordinación de las actuaciones que se realicen en materia de Salud Pública en el ámbito de un municipio (Ley 16/2011 de Salud Pública de Andalucía). Dicho plan se basa en el establecimiento de una Red Local de Salud, impulsada por un Grupo Motor y Grupos de Trabajo de los diferentes sectores de la ciudadanía, que diseñan y desarrollan su propio Plan Local de Salud, y que integran sus recursos, su conocimiento y su compromiso para el abordaje de los principales problemas de salud y situaciones de riesgo en el ámbito municipal.

El Alcalde y su equipo de gobierno lideran el proceso que se realiza sobre la base de la estrategia RELAS (Red Local de Acción en Salud).

Justificación

El concepto de salud supera ampliamente la idea de la mera ausencia de enfermedad. En la actualidad, la salud se concibe como uno de los derechos fundamentales de todo ser humano, sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica o social, entendiéndose que corresponde a los gobiernos la responsabilidad de la salud de sus pueblos (OMS 2011).

En un mundo cada vez más globalizado y más informado, donde las sociedades han alcanzado un nivel de salud inimaginable hace unas décadas, no solo se reclama una mejor atención sanitaria, sino una comunidad más saludable y segura.

El Ayuntamiento de Lucena lidera este proyecto desde el convencimiento de que actuar en el territorio más cercano - donde viven, conviven y trabajan las personas y sus familias - es donde cobran especial importancia las acciones para promover conductas más sanas y entornos más saludables.

El Plan Local de Salud tiene como objetivo mejorar la salud y la calidad de vida de la población lucentina, con la vocación de perdurar en el tiempo a través de la Red Local de Salud.

Fotografía: Freepik

Ayuntamiento de Lucena SERVICIOS SOCIALES Y SALUD

JUNTA DE ANDALUCIA CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS

Estrategia de acción local en salud. Elaboración del Plan Local de Salud RELAS

El municipio es el territorio más cercano a la ciudadanía y el Ayuntamiento es el representante más directo de ésta. La Corporación Local se siente responsable de la salud de su ciudadanía y prioriza la salud en la Agenda Política de su equipo de gobierno teniendo en cuenta las desigualdades y las necesidades de cada zona. La Estrategia de Acción Local en Salud aparece como la mejor apuesta para conseguir este objetivo. Dicha estrategia se basa en tres pilares fundamentales: **Liderazgo del Ayuntamiento, Intersectorialidad y Participación Ciudadana**, creando para ello una Red. Cuenta, por tanto, con la implicación y el protagonismo de la ciudadanía y la colaboración de agentes sociales e instituciones en el proceso de elaboración del Plan local de Salud. El Ayuntamiento, por su parte, implica a las áreas municipales oportunas para contemplar lo que se conoce como "Salud en Todas las Políticas".

Fotografía: Freepik.

Fotografía: David Ortega.

PERFIL DE SALUD LOCAL

Fases del plan local de salud

El Plan Local de Salud de Lucena cumple con las bases y los objetivos de la estrategia. A continuación se describen las etapas ya recorridas por el Plan Local de Salud de nuestra ciudad:

1. Fase inicial

En ella se abordaron los fundamentos de la acción local y se presentó la metodología RELAS, así como la información más relevante en torno al acuerdo de colaboración y el compromiso político.

Firma del acuerdo de colaboración

La firma entre el Ayuntamiento de Lucena y la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía tuvo lugar en marzo de 2012 en el Salón de Actos del Excmo Ayuntamiento de Lucena. Mediante dicho acuerdo se materializa el compromiso político de las dos instituciones. Asistieron técnicos, profesionales de la salud pertenecientes al SSPA, representantes de los sectores más relevantes de la zona y asociaciones del municipio.

Elaboración del informe de salud local

El informe de salud local es un documento elaborado por el Servicio de Epidemiología del Área Sanitaria del Sur de Córdoba que identifica y presenta los problemas y riesgos más relevantes para la salud del municipio. Sirve de apoyo para la elaboración del Perfil y facilita la priorización de los problemas que contempla el Plan Local de Salud.

Constitución del grupo Motor

Una vez materializado el compromiso político, la alcaldía designó el área y persona de referencia política así como un referente técnico. Posteriormente se constituyó un Grupo Motor intersectorial e interdisciplinar que es el equipo que coordina y dirige el Plan Local de Salud.

En este contexto resultó importante realizar actividades informativas y formativas para todas las personas que iban a pertenecer a la Red. Así, se realizó un taller que facilitó el impulso, la puesta en marcha y el futuro desarrollo del Plan Local de salud. A través de este taller se identificó la Red (agentes y sectores claves) y se elaboró una propuesta de Grupo Motor.

El Grupo Motor de Lucena está compuesto por:

- **Técnico Medio Ambiente Ayuntamiento de Lucena.** Araceli Gómez.
- **Técnico Igualdad Ayuntamiento de Lucena.** Carmen Toro Solano.
- **Coordinador Centros de Salud Lucena.** Juan Guerrero Bautista.
- **Coordinadora Enfermería .** Antonia Lucena Mengual.
- **Trabajadora Social Salud Mental.** Francisca Salido Urbano.
- **Responsable Programas Servicios Sociales.** Miriam Ortiz López de Ahumada.
- **Técnico Prevención Drogodependencias Servicios Sociales.** Mario Flores Martínez.
- **Trabajadora Social Dependencia.** Carmen Cabeza López.
- **Trabajadora Social Asociación Alzheimer.** Araceli Muñoz Campos.
- **Técnico Patronato Deportivo Municipal.** José Manuel Fernández Osuna.
- **Participación Ciudadana Ayuntamiento de Lucena.** Ana Carvajal Arcos.
- **Asociación Acuarela de Barrios .** Ana Franco López.
- **Trabajador Social Distrito Sanitario.** Ignacio Rodríguez Meléndez.
- **Plan Estratégico. Ayuntamiento de Lucena.** Élida Graciano Serena.

2. Perfil de Salud Local

El Perfil de Salud Local es un informe sobre la salud del municipio basado en los determinantes de la salud. Identifica los problemas, las necesidades y los recursos locales. Ayuda a conocer la realidad local y a tomar decisiones relativas a la salud.

Los datos más relevantes para la elaboración del perfil provienen de:

1. Informe local de salud
2. Necesidades expresadas por la ciudadanía
3. Identificación de los recursos locales

Es el Grupo Motor quien lo elabora, con la participación de los diferentes actores implicados en el proceso de elaboración. Se trata de un proceso participativo, intersectorial e interdisciplinar.

1. Informe de salud: Problemas de salud más destacados

Las causas más frecuentes de mortalidad en la población de Lucena, tanto para hombres como para mujeres son: la Enfermedad Cerebro-vascular, la Enfermedad Isquémica y los accidentes de tráfico.

La prevalencia de obesidad en hombres, mujeres y niños de nuestra ciudad sigue en aumento. El caso de los niños es motivo de especial preocupación.

La mayoría de la población tiene una actividad laboral o habitual sedentaria, lo que se relaciona con la obesidad, mala calidad de vida y enfermedades. Aún así, la práctica de ejercicio físico en Lucena se encuentra por encima de la media andaluza y nacional.

Está comprobado que los estilos de vida sedentarios constituyen una de las diez causas fundamentales de mortalidad, morbilidad y discapacidad. Es el segundo factor de riesgo más importante después del tabaquismo. El sedentarismo duplica el riesgo de enfermedad cardiovascular, diabetes tipo II y obesidad, y aumenta la posibilidad de sufrir hipertensión arterial y osteoporosis entre otras enfermedades.

El consumo de alcohol, y de tabaco resultan un problema de salud pública, sobre todo en los más jóvenes. La prevención del tabaquismo es la actuación de salud pública más importante que se puede realizar para la prevención del cáncer. El consumo de tabaco es el primer factor individual de riesgo de enfermedad.

El envejecimiento de la población lucentina, hace necesario el fomento de la actividad física, psíquica y social de la población mayor de 65, para lograr una vida más activa y con mayor calidad de vida.

El desempleo, aunque disminuyendo, produce exclusión económica. La exclusión afecta más a la infancia, juventud y ancianidad.

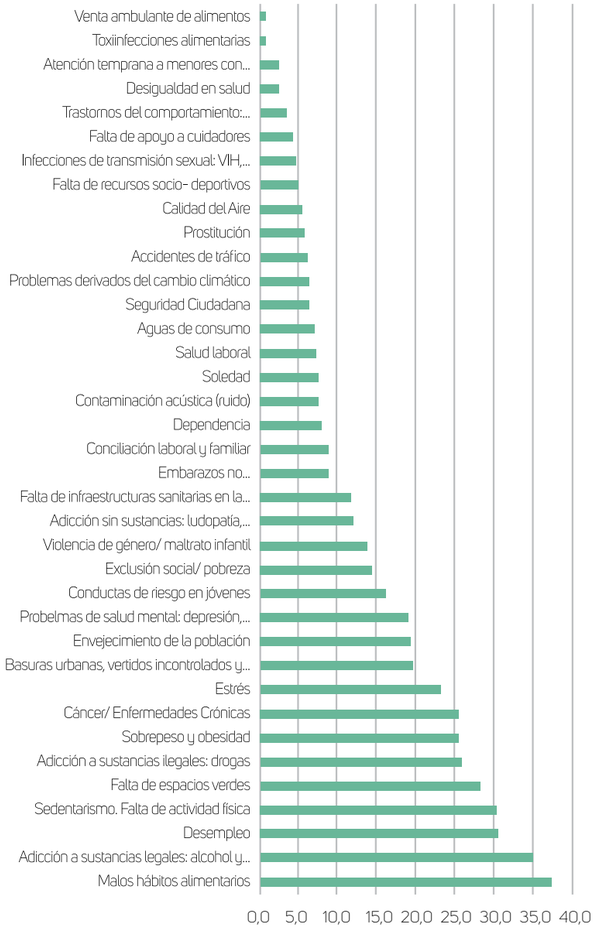
La contaminación ambiental, lumínica y acústica son percibidas por los ciudadanos como un problema de salud.

2. Las necesidades sentidas y problemas de salud identificados por la población son:

De la encuesta realizada a la población se deduce que las mayores preocupaciones de los lucentinos tienen que ver con aquellas variables donde es el propio individuo quien se erige en responsable de su propia salud. De este modo problemas como malos hábitos alimentarios, sedentarismo, adicción a sustancias legales e ilegales o sobrepeso y obesidad son las que mayor peso adquieren en el nivel de preocupación de los encuestados. Lejos quedan otros problemas de índole más social o comunitaria como la calidad del aire, la salud laboral o la falta de recursos socio-deportivos, por poner algunos ejemplos.

Esta idea (el individuo como responsable de su propia salud) nos da pie a reflexionar acerca de que la población lucentina parece ser consciente del papel protagonista que cada uno de nosotros tenemos en nuestra propia calidad de vida y nos sitúa, por tanto, en una buena posición para implicar a la ciudadanía en el cambio que se haga necesario para mejorar la salud. Dicho de otro modo, podríamos decir que la población se encuentra en un estado de opinión favorable a la introducción de actuaciones orientadas al propio cambio desde el reconocimiento de su papel en la salud.

En el siguiente gráfico se puede ver el resultado de la encuesta realizada en relación a las principales preocupaciones de los lucentinos en relación a la salud:



Fotografía: Miguel A. Cabeza.

PRIORIZACIÓN

Fotografía: Ayuntamiento de Lucena Turismo.

Priorización

Es el Grupo Motor el que consensúa con los agentes, actores clave y ciudadanía del municipio para decidir sobre los problemas que se van a abordar en el municipio en el marco del Plan Local de Salud. Se apoya para ello en el listado de problemas y necesidades de salud que se han identificado en el Perfil de Salud Local.

La priorización se establece a través de una técnica de priorización, con un orden de importancia de mayor a menor, que ayuda a decidir sobre los temas y áreas de intervención.

Las reuniones que se han venido realizando entre grupo motor y grupos de trabajo han permitido consensuar y priorizar las siguientes líneas estratégicas :

- **HÁBITOS SALUDABLES.**
- **ABUSO DE SUSTANCIAS Y MAL USO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS.**
- **VIOLENCIA (INFANTIL, MUJER Y MAYORES).**
- **ENVEJECIMIENTO DE LA POBLACIÓN.**

Fotografía: Francisco José Cantero.

PLAN DE ACCIÓN

1. Línea estratégica hábitos saludables y salud sexual ____ 17
2. Línea estratégica de abuso de sustancias adictivas y mal uso de las tecnologías ____ 18
3. Línea estratégica violencia (infantil, mujer y mayores) ____ 19
4. Línea estratégica envejecimiento de la población ____ 20
Relación de entidades y agentes implicados en el plan local de salud de Lucena ____ 20

Plan de acción

El Plan de Acción (PA) es un documento elaborado a partir de la priorización y recoge todos los compromisos relativos a las actuaciones y acciones a emprender en la localidad.

Es un guión que incluye las líneas estratégicas que quedan definidas con un objetivo general, unos objetivos específicos y unas actividades específicas a realizar para lograr ese objetivo. En esta fase cada miembro del grupo crea su propia Red con personas e instituciones relacionadas con su línea estratégica.

La estructura de un Plan de Acción y sus contenidos resulta muy importante ya que constituye la base para elegir la dirección a tomar y permite a la ciudadanía entender la importancia de su implicación.

Los indicadores serán empleados a la finalización del Plan a fin de evaluar su grado de ejecución y mejora en su caso.

En lo que concierne a Lucena el Plan de Acción tiene como objetivo general: **MEJORAR LA SALUD Y LA CALIDAD DE VIDA DE LA POBLACIÓN LUCENTINA, CON LA VOCACIÓN DE PERDURAR EN EL TIEMPO A TRAVÉS DE LA RED LOCAL DE SALUD** y sus líneas estratégicas son las siguientes:

1. Línea estratégica hábitos saludables y salud sexual

Objetivo general
Fomentar los hábitos de vida saludable y en materia afectivo-sexual en la población lucentina.

Objetivos específicos

1. Informar sobre los beneficios de los hábitos saludables (alimentación, ejercicio, enfermedades etc.) a todos los sectores de la población lucentina.

Actividades:
-Jornadas de Salud
-Celebración de Días conmemorativos
-Aniversario Asociaciones
-Realización de un mapa de activos en salud de Lucena
-Stand informativo de valoración y composición corporal.
-Screening diabetes
-Conferencias temáticas

2. Aumentar los hábitos y estilos de vida saludables entre los ciudadanos/as de Lucena.

Actividades:
- Rutas de senderismo
- Mapa de rutas saludables
- Metro pie

Fotografía: Freepik

Fotografía: Freepik

- Receta vida
- Entrenador urbano (cartelería en los propios parques)
- Cesta fit
- Difusión de establecimientos de comercio local de productos saludables de cercanía y de temporada
- Piobin
- Consejo dietético
- Programa "Hoy somos hortelanos" (Huertos urbanos)
- Aula de Naturaleza
- Potenciar creación grupos socio-educativos
- Talleres de Servicios Sociales: biodanza, salud integral, pilates, etc.
- Talleres de alimentación y hábitos saludables en Ludotecas de verano e invierno
- Jornadas de Escuela de Padres/Escuela de Padres (Taller de mindfullness)
- Difusión de la cartera de servicios del PDM

3. Sensibilizar y concienciar a la población en general sobre las conductas afectivo-sexuales responsables de la población

Actividades:
- Forma Joven
- Campaña informativa de enfermedades de transmisión sexual
- Difusión de programas de planificación familiar
- Campañas informativas sobre el uso del preservativo

Recursos e Instituciones implicadas

Asamblea Local de Asociación española contra el cáncer (AECC).
Asociación Lucena Acoge.
Asociación de niños/as con necesidades educativas especiales (ANNES).
Instituto Vive.
Asociación Diabetes Lucena.
Asociación de Ampas del sur de Córdoba SURCO.
Asociación Lucentina de Fibromialgia (ALUFI).
Centros de Salud de Lucena.
Salud Mental de Lucena.
Delegación de Medio Ambiente Ayto. de Lucena.
Patronato Deportivo Municipal.
Delegación de Servicios Sociales Ayto. de Lucena.
Desarrollo local y plan estratégico de Lucena.

2. Línea estratégica de abuso de sustancias adictivas y mal uso de las tecnologías

Objetivo general:
Prevenir y reducir el consumo de sustancias adictivas legales e ilegales en Lucena y sensibilizar sobre el problema de dependencia generado por el abuso y mal uso de nuevas tecnologías

Objetivos específicos:

1. Formar e informar sobre el consumo de sustancias y el abuso de tecnologías

Actividades:
- Desarrollo de talleres sobre utilización apropiada de las nuevas tecnologías.

- Diseñar campañas de carácter comunitario para fortalecer la sensibilización y toma de conciencia.

- Organización de Escuela de Padres temática sobre drogodependencias y abuso de las tecnologías. Incentivar a los padres y madres para su participación en las diferentes actividades.

- Elaboración de un cuestionario para los padres y madres que evalúe si son conocedores de la realidad al respecto del consumo de alcohol y otras sustancias en jóvenes, y qué opinan al respecto.

2. Sensibilizar a la población juvenil mediante intervenciones en centros educativos y otros espacios.

Actividades:
- Poner en marcha programas de prevención longitudinales con los alumnos/as de secundaria (programa Unplugged).

- Formación del profesorado de Lucena en materia de prevención del consumo de sustancias.

- Lideres de calle: formar a jóvenes con un claro perfil de líder entre sus iguales, que tiene un consumo responsable de alcohol, cannabis, etc., para que en situaciones donde los jóvenes se juntan para consumir, estas personas formadas puedan animar, motivar y conseguir que su grupo de iguales practique un consumo responsable. Pensamos que sería mucho más efectivo si esa labor la realiza un igual que si la realiza un adulto.

Recursos e Instituciones implicadas

Asociación Lucentina y de la Subbética de Jugadores de Azar en Rehabilitación (ALSUBJER)
Despertar Lucena (Proyecto Hombre)
Fundación EMET Arco Iris
Fundación Acuarela de Barrios
Grupo de Alcohólicos Rehabilitados Aracelitanos (GARA)
Delegación de Participación Ciudadana Ayto. de Lucena
Delegación de Servicios Sociales Ayto. de Lucena (Programa Lucena ante las Drogas)

Fotografía: Thzimage.

3. Línea estratégica violencia (infantil, mujer y mayores)

Objetivo general:
Reducir la prevalencia de la violencia y sensibilizar en relación a la misma en nuestra localidad.

Objetivos específicos:

1. Concienciar a la población en relación a la violencia en un sentido amplio: hacia la mujer, hacia los menores, entre iguales, hacia mayores, hacia las personas con discapacidad y por razón de racismo, xenofobia y homofobia.

Actividades:
- Celebración de efemérides
- Día de la no violencia
- Día mundial de la no violencia contra las mujeres
- Día escolar de la no violencia y la paz
- Día de la tolerancia
- Día de los derechos del niño
- Campañas de sensibilización en foros ya establecidos
- Escuela de padres
- Talleres de cuidadores
- Programa "Cambio de clase" (Delegación Servicios Sociales Ayto. de Lucena)
- Talleres con asociaciones
- Plan del Mayor
- Plan Director de Policía Nacional
- Difusión de teléfonos de interés
- Teléfono del maltrato infantil
- Teléfono de atención a víctimas de violencia de género
- Teléfono de atención a mayores
- Teléfono del maltrato animal

2. Mejorar la sensibilización y formación para la prevención en los profesionales y la coordinación institucional.

Actividades:
-Jornadas y foros de debate dirigidas a profesionales
-Talleres de sensibilización violencia de género
-Formación para el buen trato al mayor
-Formación dirigida al profesorado
-Realización de comisiones y reuniones de coordinación
-Mesa de violencia de género
-Sesiones de coordinación entre administraciones

3. Contribuir al bienestar psicofísico y social de las víctimas de la violencia de género, desde la perspectiva de igualdad de género.

Actividades:
- Dar continuidad a las actividades que se realizan desde el Centro de Información a la Mujer
- Colaboración con las asociaciones de mujeres
- Certamen literario Mujerarte
- Exposiciones
- Encuentro joven coeducación y prevención de violencia de género en institutos
- Talleres de igualdad y diversidad infantil
- Escuela de empoderamiento con talleres y charlas de autoestima, ...
- Talleres de víctimas de malos tratos, entrenamiento memoria...
- Promover actividades del Pacto Nacional contra la Violencia

Recursos e Instituciones implicadas
Salud Mental
Delegación de Igualdad Ayto. de Lucena

4. Línea estratégica envejecimiento de la población

Objetivo General:
Mejorar la calidad de vida de las personas mayores fomentando el envejecimiento activo y saludable desde las instituciones locales (públicas, privadas, asociaciones), haciendo hincapié en la actividad física, psíquica y social.t

Objetivos Específicos:

1. Aumentar la realización de actividades de promoción de la vida activa en la población mayor .

Actividades:
- Rutas de senderismo intergeneracional con desayuno saludable.
- Huertos urbanos intergeneracionales.
- Receta saludable.
- Talleres de Nuevas Tecnologías en coordinación Andalucía Compromiso Digital.
- Talleres de música para mayores en colaboración con la Escuela de Música.

Fotografía: Freepik

2. Catalogar y difundir los recursos y talleres para mayores que se realizan en nuestra localidad.

Actividades:
- Elaboración Guía de recursos para mayores.
- Publicación y difusión de dípticos informativos de actividades de mayores.
- Información de actividades mediante el voluntariado de mayores.
- Promoción y difusión de actividades en los Centros Residenciales de Mayores.

3. Fomentar el voluntariado entre la población mayor de 65 años en nuestro municipio de manera que revierta en actividades para ese sector.

Actividades:
- Cursos y talleres en colaboración con la plataforma del voluntariado de Córdoba.
- Actividades en colaboración con las distintas Asociaciones y Ongs de nuestra localidad.

Recursos e instituciones implicadas
– Asociación de Alzheimer "Nuestros Ángeles".
– Asociación Ulubay (Unión lucentina de baile)
– Asociación Lucentina de Fibromialgia (ALUFI)
– Asociación de Tercera Edad "El Puntal" de Las Navas del Selpillar.
– Cruz Roja. Asamblea Local de Lucena.
– Centro de Participación Activa de Lucena.
– Fundación San Juan de Dios.
– Grupo de Alcohólicos Rehabilitados Aracelitanos (GARA)
– Asociación El Sauce (Salud Mental)
– Asociación Comarcal Pro-Personas con

Discapacidad Psíquica "Virgen de Araceli" (AMARA)
– Federación Provincial de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Lucena (FEPAMIC)
– Fundación Andaluza para la Integración Social del Enfermo Mental Lucena (FAISEM)
– Delegación de Servicios Sociales Ayto. de Lucena

Relación de entidades y agentes implicados en el plan local de salud de Lucena

A. AYUNTAMIENTO

Planes, proyectos

Lucena Emprende, para fomento del empleo
Plan de Servicios Sociales
Plan Estratégico de Lucena
Línea Verde de Lucena
Plan de movilidad sostenible.
Plan Local de Desarrollo Sostenible (Agenda 21 local)
Plan de Igualdad y Conciliam.

Delegaciones

- Delegación Participación Ciudadana Ayto. de Lucena
- Delegación de Desarrollo Local y Plan Estratégico
- Delegación de Igualdad
- Delegación de Medio Ambiente
- Patronato Deportivo Municipal (PDM), que incluye en sus instalaciones:
  - Pabellón polideportivo
  - Ciudad deportiva con gimnasio, pistas diversas, piscina cubierta y piscina de verano
  - Gimnasios de los centros educativos
  - Pistas deportivas en barrios
  - Parques biosaludables
- Delegación de Servicios Sociales Ayto. de Lucena
- Unidad de Gestión de Programas. Delegación de Servicios Sociales Ayto. de Lucena
- Programa Lucena ante las Drogas. Delegación de Servicios Sociales Ayto. de Lucena
- Policía Local

Fotografía: Ayuntamiento de Lucena Turismo.

B. SALUD

Centro de salud Lucena I
Centro de Salud Lucena II

Algunos de los programas que llevan acabo son:
- Planificación familiar, seguimiento del embarazo, salud infantil, enfermedades crónicas...
- Servicios de prevención, inmunizaciones...
- ESMC (Equipo de Salud Mental Comunitaria)
– 061
– GRUSE (Grupos Socio-educativos)

C. EDUCACIÓN

Once centros de educación primaria y seis de secundaria que llevan a cabo proyectos, como: Proyecto creciendo en salud, promoción del consumo de frutas, taller riesgos del azúcar, eco-escuelas, escuelas deportivas, coeducación e igualdad...

D. ASOCIACIONES IMPLICADAS

- Asociación Lucentina y de la Subbética de Jugadores de Azar en Rehabilitación (ALSUBJER)
- Asamblea Local de Asociación española contra el cáncer (AECC)
- Asociación Lucena Acoge
- Asociación de niños/as con necesidades educativas especiales (ANNES)
- Asociación Diabetes Lucena
- Asociación Juvenil “Esto es Jauja” de Jauja.
- Asociación de Ampas del sur de Córdoba (SURCO)
- Asociación de Alzheimer “Nuestros Ángeles”.
- Asociación Ulubay (Unión lucentina de baile)
- Asociación Unidos por el Baile.
- Asociación Lucentina de Fibromialgia (ALUFI)
- Asociación de Tercera Edad “El Puntal” de Las Navas del Selpillar.
- Asociación Sociocultural “ Selpia”. Las Navas del Selpillar.
- Cruz Roja. Asamblea Local de Lucena.
- Centro de Participación Activa de Lucena.
- Despertar Lucena (Proyecto Hombre)
- Fundación EMET Arco Iris
- Fundación Acuarela de Barrios
- Fundación San Juan de Dios.
- Grupo de Alcohólicos Rehabilitados Aracelitanos (GARA)
- Asociación El Sauce (Salud Mental)
- Asociación Comarcal Pro-Personas con Discapacidad Psíquica "Virgen de Araceli" (AMARA)
- Federación Provincial de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Lucena (FEPAMIC)
- Fundación Andaluza para la Integración Social del Enfermo Mental Lucena (FAISEM)

E. OTRAS

- Policía Nacional

Si quiere conocer el documento completo del Plan Local de Salud puede visitar la siguiente dirección:
https://www.lucena.es/documento/plan-local-de-salud

Si quiere conocer los recursos de salud de Lucena puede visitar la siguiente dirección:
https://www.aytolucena.es/inicio/plan_local_de_salud

Lucena, Octubre 2019

Fotografía: Francisco José Cantero.

AGENDA ANUAL

ACTIVIDADES RELACIONADAS CON LA SALUD DESARROLLADAS POR: INSTITUCIONES, ORGANISMOS Y ASOCIACIONES DE LUCENA

DELEGACIÓN SERVICIOS SOCIALES, SALUD Y COOPERACIÓN PARA EL DESARROLLO AYTO. DE LUCENA

Talleres en barrios y aldeas
Dirigidas al fomento de la vida comunitaria en las pedanías de Jauja y Las Navas del Selpillar.
FECHA Y LUGAR: Anual. Aldeas de Lucena.

XII Pleno infantil "Lucena, una ciudad saludable"
Celebración de un pleno a cargo de niños/as para aportar una visión de la salud, con acciones para promover conductas más sanas y entornos más saludables
FECHA Y LUGAR: Febrero. Salón de Plenos del Ayuntamiento de Lucena.

Encuentro de mayores "Estamos en activo"
Jornada de encuentro de las personas mayores donde se trabaja de forma lúdica y participativa actividades de estimulación cognitiva y de salud a través de diferentes talleres tales como spa de emociones, qi-gong y mindfulness, salud constante y juegos populares, incluye un desayuno saludable.
FECHA Y LUGAR: Octubre. Casa de los Mora, Lucena.

Edición y distribución de guías "Orientaciones para la prevención del consumo de drogas y alcohol dirigido a padres y madres" ("Programa Lucena ante las Drogas")
Pautas para evitar el consumo de drogas y alcohol en los hijos.
FECHA Y LUGAR: Durante todo el año. Lucena.

Charlas informativas y de sensibilización en centros de educación secundaria de Lucena ("Programa Lucena ante las Drogas")
Charlas educativas en torno a la prevención del abuso de sustancias (alcohol, tabaco y cannabis) así como de conductas adictivas relacionadas con redes sociales, videojuegos y apuestas on-line.
FECHA Y LUGAR: Anual. IES de Lucena.

Campaña de Navidad para la "Prevención del consumo de alcohol en jóvenes en barrios"
Distribución de material preventivo (dípticos, gorros, mochilas,...) con orientaciones y consejos para evitar un consumo abusivo de alcohol entre los más jóvenes.
FECHA Y LUGAR: Diciembre. Barrios de El Valle y El Poli de Lucena.

LUCENA ACOGE

Taller de educación sexual y reproductiva en contextos de diversidad cultural.
Impartida por enfermeros del Centro de Salud de Lucena que explican los riesgos de las prácticas sexuales sin protección.
FECHA Y LUGAR: Anual. Lucena Acoge, calle Hoya del Molino, nº14.

Fotografía: Ayuntamiento de Lucena Turismo.

Ayuntamiento de Lucena | Servicios Sociales y Salud
Junta de Andalucía | Consejería de Salud y Familias

Taller de hábitos de vida saludable
Se dan a conocer los estilos de vida saludable y la forma de prevenir las principales enfermedades.
FECHA Y LUGAR: Anual. Lucena Acoge, calle Hoya del Molino, nº14.

Clases de zumba
Impartida por un profesor de Educación Física del Instituto Miguel de Cervantes.
FECHA Y LUGAR: Anual. Lucena Acoge, calle Hoya del Molino, nº14.

Jornada familiar de senderismo y juegos lúdicos
Encuentro entre población de diferentes entornos culturales, fomento de las interrelaciones personales y familiares, así como la tolerancia, respeto e igualdad entre culturas a través de actividades lúdicas y de senderismo.
FECHA Y LUGAR: Anual. Lucena Acoge.

DIABETES LUCENA

Semana de la diabetes.
Mesas informativas, conferencia de especialista en patologías derivadas de la diabetes y actividad para recaudar fondos para la investigación en colaboración y a beneficio de Diabetes Cero.
FECHA Y LUGAR: En torno al 14 de noviembre, Día Mundial de la Diabetes
Centros de Salud, Plaza Nueva, Salón de Plenos del Ayuntamiento (conferencia) y Auditorio Municipal (actividad recaudatoria de fondos).

Fotografía: Thyzzar.

DELEGACIÓN DE MEDIO AMBIENTE DEL AYTO. DE LUCENA

Nos acercamos a la huerta
Talleres de naturaleza para fortalecer los conceptos de la huerta ecológica como práctica sostenible para la mejora y conservación ambiental.
FECHA Y LUGAR: Primavera. Aula de la Naturaleza y Huertos Urbanos. Antigua Estación. Lucena

Aula de la naturaleza
Espacio para la participación, concienciación y sensibilización en la mejora de nuestro medio ambiente urbano mediante el desarrollo de actuaciones sostenibles.
FECHA Y LUGAR: Anual. Aula de la Naturaleza. Antigua Estación. Lucena

INSTITUTO VIVE

Salud integral para adultos mayores
Trabajo de las emociones/cuerpo/movimiento/expresión vital. Propuesta de autoconocimiento a través del trabajo corporal usando Biodanza, Qi-Gong y Mindfulness.
FECHA Y LUGAR: Según necesidades de la institución y el público objetivo.
La duración del proyecto es de 4 clases de 2 horas cada una.

Comunicación eficaz y autoestima para jóvenes
Ciclo de talleres para favorecer el conocimiento teórico, práctico y vivencial de cuatro pilares básicos en las vidas de los adolescentes: el pensamiento, el movimiento, la comunicación y la acción, facilitando así el que reconozcan sus propios potenciales, aumenten su motivación y canalicen su energía hacia la realización de sus proyectos.
FECHA Y LUGAR: Según las necesidades de la institución y el público objetivo.
El proyecto se desarrollará a lo largo de 8 semanas, a razón de una clase de dos horas por semana. Instituto Vive. Calle los Pinos, 1. Lucena

Inteligencia emocional para crecer en familia
Talleres enfocados a practicar la Inteligencia Emocional para fomentar la convivencia y la comunicación en la familia.
FECHA Y LUGAR: El proyecto se desarrollará a lo largo de 8 semanas, a razón de una clase de una hora por semana. Instituto Vive. Calle los Pinos, 1. Lucena

Claves en salud mental
Charla psicoeducativa para aumentar nuestro conocimiento sobre emociones y prevención en salud mental (enfermedades relacionadas con ansiedad y con depresión).
FECHA Y LUGAR: El proyecto se desarrollará a lo largo de 8 semanas, a razón de una clase de una hora por semana. Instituto Vive. Calle los Pinos, 1. Lucena

DELEGACIÓN DE IGUALDAD AYTO. DE LUCENA. CENTRO DE INFORMACIÓN A LA MUJER

Programas de atención psicológica a victimas de violencia de género y agresiones sexuales, a las familias y a los hijos
Distintos programas dirigidos a mujeres, a niños y a familiares.
FECHA Y LUGAR: Durante todo el año. Calle Canalejas, 22

Fotografía: Ayuntamiento de Lucena Turismo.

Escuela de empoderamiento
Talleres para el fortalecimiento de la autoestima y la potenciación de los propios recursos.
FECHA Y LUGAR: Martes de 10 a 12 en el centro de formación de El Coso todo el año.

Prevencion de la violencia de género en centros educativos
Talleres dirigidos a la prevención de la violencia de género desarrollados con alumnos de secundaria.
FECHA Y LUGAR: Anual. IES de Lucena

Concienciar a la población en relación a la violencia hacia los menores, entre iguales y hacia mayores.
Desarrollo de charlas, conferencias y talleres dirigidos a la concienciación sobre la violencia.
FECHA Y LUGAR: En foros ya establecidos (Escuela de padres, talleres de cuidadoras, cambio de clase, asociaciones... Anual.

Concienciar a la población en relación a la violencia hacia los menores, entre iguales y hacia mayores. Celebración de efemérides
Realización de actividades para la conmemoración de fechas señaladas relacionadas con la materia:
FECHA Y LUGAR: 16 Noviembre: Día de la Tolerancia, 20 Noviembre: Día Universal del Niño, 1 Octubre: Día Internacional de las Personas Mayores. En espacios públicos (Biblioteca, Plaza Nueva y/o centros educativos).

ASOCIACIÓN LUCENTINA Y DE LA SUBBÉTICA DE JUGADORES DE AZAR EN REHABILITACIÓN (ALSUBJER)

Día sin juego de azar
Mesas informativas con material publicitario y asesoramiento individualizado en varias localidades de la comarca, incluida Lucena.
FECHA Y LUGAR: Octubre. Lucena, Cabra, Nueva Carteya, Montilla, Monturque, Aguilar de la Frontera...

Jornadas técnicas de prevención de lotería y juegos de azar.
Jornadas técnicas donde se informará del riesgo del abuso en el consumo de juegos de azar destacando la prevención de conductas adictivas.
FECHA Y LUGAR: Noviembre. Sede de Alsubjer (Ronda Paseo Viejo, 1. Lucena)

FUNDACIÓN EMET ARCO IRIS

¿Controlas o te controlan?
Talleres en los institutos de secundaria dirigidos a adolescentes para la prevención del consumo de drogas, bullying y uso de redes sociales.
FECHA Y LUGAR: IES de Lucena a lo largo del año.

¿Qué planes tienes?
Plan de acción para concienciar de los tipos de ocio, distintas consecuencias de estos, herramientas para llevar a cabo un ocio saludable y recursos para ello.
FECHA Y LUGAR: IES de Lucena a lo largo del año.

Debates y convivencia intergeneracional por la salud: ¿Hablamos de salud?
Actividad de intercambio de vivencias, opiniones y visión de pasado, presente y futuro de nuestra sociedad entre personas de distintas edades y sexo y ámbitos profesionales, siendo invitados/as a pasar un rato de convivencia con nuestro grupo de menores residentes.
FECHA Y LUGAR: Durante el año. Centros de la Fundación Emet Arco Iris

ASOCIACIÓN DE ALZHEIMER DE LUCENA

Programa de información, orientación y asesoramiento a familias
Estudio pormenorizado de cada caso, asesoramiento familiar, seguimiento y derivación a otros servicios y programas si se considera oportuno.
FECHA Y LUGAR: Durante todo el año en la sede de la asociación. Avda. de la Guardia Civil, 2 Local. Lucena.

Aula de estimulación integral
Evaluación multidisciplinar del usuario tras la que se prepara un tratamiento individualizado de estimulación de las áreas física, cognitiva y sensorial.
FECHA Y LUGAR: Durante todo el año en la sede situada en la Avda. de la Guardia Civil, 2 Local. Lucena.

Estimulación integral con nuevas tecnologías
Utilización de un programa de estimulación cognitiva informatizada con pantalla táctil que, además de trabajar aspectos que de manera tradicional resulta mas complejo, es más atractivo. Además realizamos wii-terapia, que nos permite realizar una estimulación de manera más lúdica. Este año hemos instalado una sala de estimulación sensorial para activar y/o relajar otras áreas a nivel cerebral.
FECHA Y LUGAR: Durante todo el año en la sede situada en la Avda. de la Guardia Civil, 2 Local. Lucena

Curso de entrenamiento en memoria, mejora de la autoimagen y control de la ansiedad
Se trabaja cómo mejorar la autoestima, pautas para controlar el estrés, relajación, etc.
FECHA Y LUGAR: Durante el periodo escolar los martes de 18:30 a 19:30. En la sede en Avda. de la Guardia Civil, 2 Local. Lucena.

Cursos de cuidadores
Destinado a formar a los familiares de personas con alguna demencia para que conozcan la enfermedad, recursos disponibles, soluciones a posibles problemas que se generan en este tipo de casos, etc.
FECHA Y LUGAR: Se imparte un curso a mediados de año y otro a final en la sede de la asociación situada en Avda. de la Guardia Civil, 2 Local. Lucena

Cursos de voluntarios
Curso destinado a formar a personas con interés de colaborar como voluntario en la asociación. Se informará sobre la enfermedad, síntomas, como actuar en determinados momentos, etc
FECHA Y LUGAR: Final de año en la sede de la asociación situada en Avda. de la Guardia Civil, 2 Local. Lucena

FUNDACION SAN JUAN DE DIOS DE LUCENA

Programa de estimulación cognitiva
Se trata de mantener las habilidades cognitivas básicas como el lenguaje, la memoria, funciones ejecutivas, praxias y gnosias, con el objetivo de retrasar el máximo tiempo el deterioro
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Sala de usos múltiples y diferentes espacios del centro residencial San Juan de Dios. Calle la Calzada, 1. Lucena.

Huerto terapéutico y cuidado de animales
Trabaja la motricidad fina y gruesa y fomenta las relaciones interpersonales y sociales.
FECHA Y LUGAR: A diario. Patio exterior de la residencia. Calle la Calzada, 1. Lucena.

Programa de actividades manuales y creatividad
Taller de pintura (ceras, acuarelas, lápices, rotuladores...).
FECHA Y LUGAR:Todo el año. Sala de usos múltiples y claustro de la residencia. Calle la Calzada, 1. Lucena.

Gerontogimnasia
Ejercicios para la movilización de todas las articulaciones Se beneficia: el sistema cardiovascular, musculo-esquelético, respiratorio y endocrino. La práctica regular de actividad física parece disminuir la incidencia de depresión y ansiedad.
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Sala de usos múltiples. Calle la Calzada, 1. Lucena.

Lectura y biblioterapia
Actividad adaptada a las características y capacidades individuales de la persona que participa en ella, variando la complejidad y la dificultad de la misma.
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Calle la Calzada, 1. Lucena.

ASOCIACIÓN UNIÓN LUCENTINA DE BAILE ULUBAI

Actividades relacionadas con el baile y la convivencia
Actividades de baile dirigidas al público en general como forma de mejorar las relaciones sociales y el bienestar.
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Calle San Pedro, 50. Lucena

ASOCIACIÓN DE LA 3ª EDAD "EL PUNTAL" DE LAS NAVAS DEL SELPILLAR

Taller de teatro
Clases de teatro, risoterapia y entrenamiento de la memoria
FECHA Y LUGAR:Todo el año. Hogar del pensionista de Las Navas.

Taller de baile
Clases de distintos tipos de bailes de salón
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Hogar del pensionista de las Navas.

CENTRO DE PARTICIPACIÓN ACTIVA DE LUCENA

Manualidades
Talleres de manualidades.
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

Memoria
Talleres de Memoria
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

Informática
Talleres de Informática
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

Pintura al óleo
Talleres de Pintura al Óleo
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

Fotografía: Miguel A. Cabeza.

Pilates
Actividad de Pilates
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

Tai-Chi
Actividad de Tai-chi.
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

Gimnasia
Actividad de Gimnasia
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

Baile de salón
Iniciación y perfeccionamiento del baile de salón.
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

Clases de Sevillanas
Iniciación y perfeccionamiento del baile por Sevillanas.
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

FUNDACIÓN LA CAIXA

Memoria y desarrollo personal
Taller de Memoria y Desarrollo personal.
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

En Forma
Actividades de ejercicio físico.
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

Lectura y desarrollo cognitivo
Taller de Lectura y de fomento de actividades de memoria, atención,...
FECHA Y LUGAR: Todo el año. Centro de Participación Activa. Plaza del Mercado, 81. Lucena.

CRUZ ROJA DE LUCENA

Ola de frío (campaña contra la gripe) y ola de calor (prevención de golpes de calor).
Atención a nuestros usuarios mayores a través de la campaña contra la gripe en invierno y de la prevención de golpes de calor en verano.
FECHA Y LUGAR: Al comienzo del invierno y del verano en la Asamblea de Cruz Roja Lucena, a través de un Call Center. Lucena.

Talleres
Pretenden ser una vía de escape a su rutina y ampliar sus redes sociales, además de dotar a los usuarios de conocimientos prácticos sobre diversas disciplinas. Se llevan a cabo diversos talleres: primeros auxilios básicos, alimentación saludable, prevención de ictus, cuidado de la piel, estimulación de la mente, etc.
FECHA Y LUGAR: Según necesidades. Centros Cívicos, Residencias, Centros de Día o Asamblea de Cruz Roja. Lucena.

Talleres para personas cuidadoras de personas mayores y/o dependientes.
Los talleres que se llevan a cabo son: Primeros Auxilios, Mindfullness y Descarga Emocional.
FECHA Y LUGAR: Según necesidades. Centros Cívicos, Residencias, Centros de Día o Asamblea de Cruz Roja. Lucena.

PATRONATO DEPORTIVO MUNICIPAL DE LUCENA

Actividades de mantenimiento
Diez actividades diferentes (Combat, zumba, pilates, step...)
Mantenimiento para jóvenes mayores
Piscina cubierta con spa
FECHA Y LUGAR: De lunes a sábados. Pabellón cubierto. Ronda Paseo Viejo 2 y Ciudad Deportiva, Avda. del Deporte s/n. Lucena.

Actividades de adelgazamiento
Entrenador personal, Bluefitness (Máquinas)
FECHA Y LUGAR: De lunes a sábados. Pabellón cubierto y Ciudad Deportiva. Ronda Paseo Viejo 2. Lucena.

Actividades de alto rendimiento
FECHA Y LUGAR: De lunes a sábados. Pabellón cubierto. Ronda Paseo Viejo 2 y Ciudad Deportiva, Avda. del Deporte s/n. Lucena.

Rehabilitación
Aquaterapia, entrenador personal, natación terapeútica
FECHA Y LUGAR: De lunes a sábados. Pabellón cubierto. Ronda Paseo Viejo 2 y Ciudad Deportiva, Avda. del Deporte s/n. Lucena.

OTRAS

Juegos deportivos municipales
Once deportes distintos, impartidos por monitores
FECHA Y LUGAR: En los colegios, durante el curso escolar

Media Maratón Ciudad de Lucena
Anual. Marzo

Carrera Popular Ciudad de Lucena
Anual. Noviembre

Carrera Nazarena
Anual. Mayo

Carrera de Subida al Santuario de la Virgen de Araceli
Anual. Octubre

CENTROS DE SALUD DE LUCENA

Grupos Socio-educativos (GRUSE)
Actividad de promoción de salud, de carácter no asistencial, que mediante una estrategia grupal socio-educativa pretende desarrollar y potenciar talentos y habilidades personales (y recursos de la comunidad) de las personas destinatarias para afrontar de manera saludable las dificultades de la vida cotidiana.
Además se abordan los determinantes socio-culturales y psicosociales que, con frecuencia, condicionan síntomas de malestar.

Materias tratadas:
- Inmunizaciones
- Servicio de prevención.-CA de mama, enfermedades crónicas, SIDA
- Planificación familiar
- Seguimiento del embarazo
- Seguimiento salud infantil
- Control de enfermedades transmisibles
- Equipo de salud mental
- Atención primaria y urgencias

FECHA Y LUGAR:Todo el año en el Centro de Salud I. Avda. del Parque. Lucena.

Jornadas de salud
Talleres dirigidos desde el Servicio Andaluz de Salud hacia la promoción de hábitos saludables entre toda la población local, pero especialmente entre los usuarios de Amara, El Sauce y Fepamic
FECHA Y LUGAR: Anual. Primavera. Lucena.

Fotografía: Ayuntamiento de Lucena Turismo.

Ayuntamiento de Lucena
SERVICIOS SOCIALES
Y SALUD
JUNTA DE ANDALUCIA
CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS
SALUD LOCAL
LUCENA