

BOLETÍN DO CENTRO DE INFORMACIÓN Á MULLER DO CONCELLO DE BURELA

FEBREIRO 2010

FISIOTERAPIA E XIMNASIA PARA MAIORES

A Delegación de Benestar Social do Concello de Burela pon en marcha un servizo dirixido ás persoas maiores do municipio, que ofrecerá tratamento fisioterapéutico individualizado para os dependentes e un taller de ximnasia preventiva para os maiores.

Este servizo está encamiñado en dúas direccións:

- ◆ por un lado enfocárase ao **tratamento fisioterapéutico individualizado para dependentes** do Concello, recoñecida esta condición pola Lei da Dependencia. Cada caso será analizado para que to-

das as persoas reciban o tratamento axeitado en función das súas cualidades físicas.



◆ por outra banda o **taller de ximnasia** é para maiores de 60 anos que teñan o grao de autonomía suficiente para asistir ao mesmo. Este taller ten como obxectivos principais mellorar a calidade de vida das persoas maiores e preparar o corpo para as alteracións que a idade causa nel.



Contido:

- *Fisioterapia e ximnasia* ¹ para maiores
- *Entrega de diplomas do* ² *Curso de Informática Básica.*
- *Reglas de ouro das* ³ *relacións (según o libro "O Diario Azul de Carlota" de Gemma Lienas.*



CIM DE
BURELA:
doce anos
na procura
da
igualdade!

ENTREGA DE DIPLOMAS
DO CURSO DE INFORMÁTICA BÁSICA

O luns, día **1 de febreiro de 2010**, ás 12:00 h. tivo lugar, no Salón de Plenos da Casa do Concello, a entrega de diplomas do curso de "Informática Básica" de 100 horas de duración que convocou o Concello de Burela, cofinanciado polo Fondo Social Europeo e o Servizo Galego de Igualdade, organismo autónomo adscrito á Secretaría Xeral da Igualdade e dependente da Presidencia da Xunta de Galicia, e que estaba destinado a mulleres desempregadas con residencia en Galicia, maiores de idade ou emancipadas, tendo preferencia as mulleres con situacións de violencia de xénero ou de exclusión social, ou que teñan responsabilidades familiares non compartidas, así como aquelas que desexaran incorporarse á vida laboral despois dunha interrupción causada pola dificultade de compaxinar a súa vida laboral e familiar.





REGRAS DE OURO DAS RELACIÓNS

recollidas do libro "El Diario Azul de Carlota"
da escritora GEMMA LIENAS



Regra I:

Cando coñezas a unha persoa, non subestimes a túa intuición. Ten en conta os avisos que che envía.

Regra II:

Se unha persoa che fai sufrir, alónxate dela, Nin che convén nin te merece.

Regra III:

Hai que ir con coidado cos amigos ou amigas que escolles: algúns poden arrastrarte a facer o que ti nunca farías.

Regra IV:

Non te fíes de ningunha persoa que che faga sentir culpable.

Regra IV:

Unha vez que decidas romper unha relación sentimental que non che interesa, comunícallo ao outro explicitamente unha soa vez e, despois, se firme. Se recibes 10 sms e non contestas aos 9 primeiros, pero contestas ao que fai o 10, estás animando ao outro a continuar.



Delegación de Igualdade, Concello de Burela

Centro de
Información ás Mulleres
do Concello de Burela

Casa do Concello, Eijo Garay, 20.
27880 Burela (Lugo)
Teléfono/fax: 982 58 06 09
Correo: cim@burela.org

CIM DE BURELA:
*doce anos na
procura da
igualdade!*



XUNTA DE GALICIA

PRESIDENCIA
Secretaría Xeral da Igualdade

