

16-M DERECHOS DEL ENVEJECIMIENTO

Debemos partir de la definición adoptada por la Organización Mundial de la Salud, en la que establece que el envejecimiento activo se puede entender como el proceso por el que se optimizan las oportunidades de bienestar físico, mental y social durante toda la vida con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez.

Una cultura de esta forma de entender el envejecimiento requiere la interacción de factores de toda índole, tanto sanitarios, económicos y del entorno físico, como personales, conductuales y sociales, que fomenten y apoyen el mantenimiento de la actividad física y mental, así como el acceso a servicios de orientación que fomenten el proceso de toma de decisiones.

Corresponde a los poderes públicos prestar especial atención a los determinantes estructurales y sociales que condicionan el proceso de envejecimiento, y valorar su impacto para evitar o, al menos, reducir las desigualdades en salud. Tener en cuenta el nivel de ingresos, protección social, redes sociales, educación, urbanismo amigable, hábitos de vida, etc.

Se debe garantizar la atención integral a las necesidades del ámbito social y sanitario de las personas a lo largo de toda la vida. Se debe garantizar la adecuada promoción y provisión de diferentes servicios como son los dirigidos a fomentar hábitos de vida relacionados con la salud como es la alimentación, ejercicio, prevención de caídas y evitar situaciones de riesgo.

Escriba a la derecha de cada línea de la lectura anterior cuántas veces aparece la letra "u", súmelas todas, añade 7 y anote el total.

Siguiendo el orden indicado, escriba el nombre de un río con las letras

correspondientes:

| | | | | | | |
|-----------------------------|----|---|---|---|---|---|
| Primera letra de la fila 5ª | 1ª | M | A | N | T | A |
| Última letra de la fila 3ª | 2ª | M | E | L | Ó | N |
| Tercera letra de la fila 1ª | 3ª | D | U | C | H | A |
| Cuarta letra de la fila 4ª | 4ª | O | R | U | G | A |
| Segunda letra de la fila 2ª | 5ª | G | A | T | O | S |
| Quinta letra de la fila 5ª | | | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | | 2 | 3 | 4 | |
| 1 | P | | | | | S |
| 2 | | L | | | | B |
| 3 | | | S | | T | |
| 4 | B | | | | | C |
| 5 | | F | | | Z | |

HORIZONTALES

1. Cuando llueve
2. Condimento
En la cocina
3. Cuarta vocal
TV inglesa
4. Matrimonio
5. Trabajo

VERTICALES

1. Baile sin la o
2. Para coser
3. Orgullosa
4. Pelo blanco

Señala con un color las diferencias que hay entre el cuadro de arriba y el de abajo:

Escribir a la derecha palabras relacionada con la escrita:

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 9 |
| M | N | B | V | C | X | Z | Q | W | E |
| 0 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| A | B | D | D | E | F | G | H | L | J |
| 1 | 8 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 9 |
| M | N | B | V | E | X | Z | Q | P | E |
| 0 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 5 | 3 | 4 | 1 |

- Vaso
- Plato
- Mantel
- Ratón
- Nariz
- Zumo
- Ventana

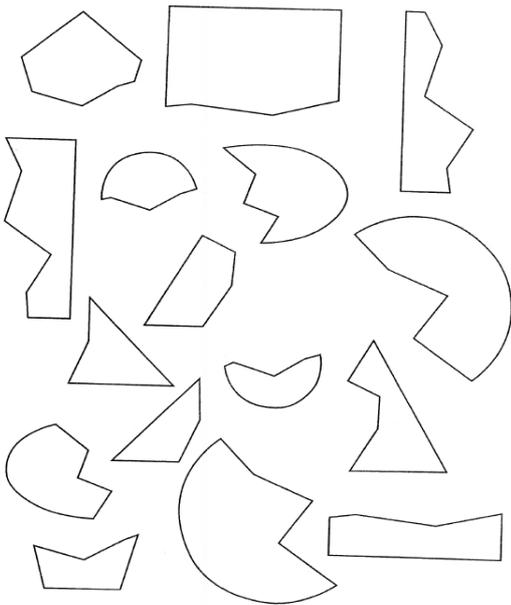
Calcula el valor de cada objeto:

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|------|
| | | | | | = 25 |
| | | | | | = 15 |
| | | | | | = 17 |
| | | | | | = |
| | | | | | = |

= = = = =
 20 23

| | | |
|--|---|-------|
| | = | |
| | = | |
| | = | |
| | = | |
| | = | |

Colorea del mismo color las piezas que encajan entre sí:



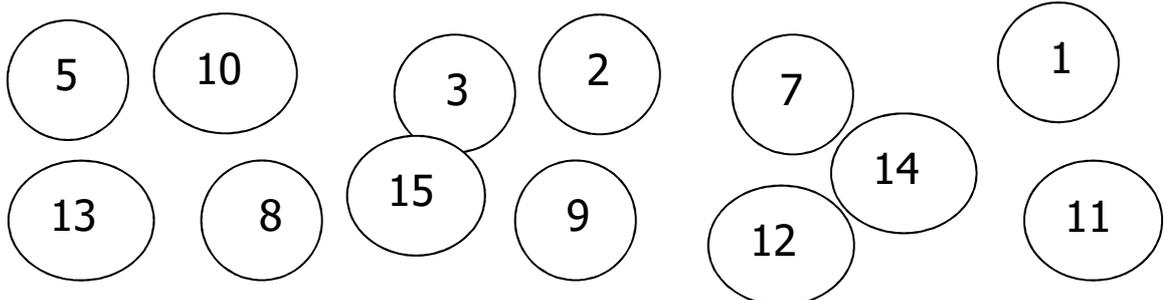
Señale la palabra que no se relaciona con las demás y explíquelas:

- | | |
|------------|-----------|
| Intérprete | Piano |
| Música | Director |
| Altavoz | Batuta |
| Aplausos | Teclas |
| Pentagrama | Atril |
| Clave | Auditorio |
| Trombón | Violín |

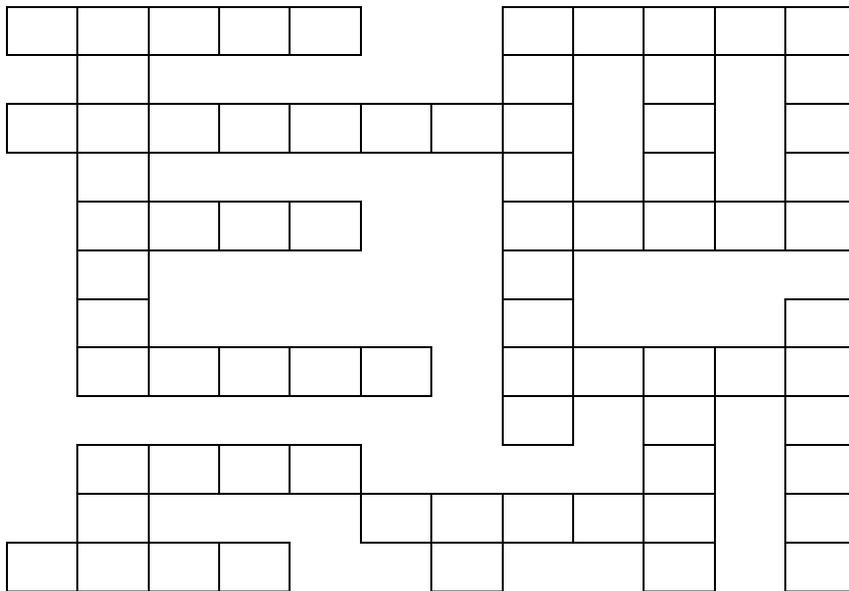
.....

Une por orden todos los círculos.

Coloree los pares con color rojo y los impares con azul:



Coloca los números en los lugares adecuados:



- | | |
|-------|-----------|
| 21 | 49999 |
| 547 | 56699 |
| 5443 | 58648 |
| 6757 | 64328 |
| 7654 | 82495 |
| 19876 | 689687 |
| 26056 | 58586586 |
| 32214 | 99867575 |
| 38654 | 396750967 |

Escriba dos palabras que cumplan las siguientes condiciones:

- | | | |
|--|-------|-------|
| Que tengan la A y la última letra del abecedario | | |
| Que contengan 6 consonantes | | |
| Que tengan tres vocales diferentes | | |
| Que empiecen y acaben con la misma consonante | | |
| Que tengan al menos 9 letras | | |
| Que contengan las cinco vocales | | |
| Que puedan leerse de derecha a izquierda también | | |
| Que tengan la m, la n y la ñ | | |
| Que tengan tres eses | | |
| Que tengan diferentes significados | | |
| Que tengan tres ies | | |

Adivina adivinanza:

**Yo no quiero que os canséis y por eso os recomiendo que
esta adivinanza miréis,
para quitarle un perro y su número obtendréis**

.....