

jueves 8 de octubre de 2026

## Diputación y Cruz Roja celebran el mes de las personas mayores con el encuentro “Bienestar y salud: sumando vida a los años”

240 mayores de siete municipios participan en el Foro Iberoamericano en un programa que ha combinado talleres de gestión emocional y memoria con actividades culturales y música en directo



Un total de 240 personas mayores de siete municipios participa hoy en el segundo encuentro «Bienestar y salud: sumando vida a los años», organizado por la Diputación de Huelva y Cruz Roja en el Foro Iberoamericano de La Rábida. La jornada ofrece herramientas para cuidar la salud emocional y mantener la autonomía, además de favorecer las relaciones personales y prevenir la soledad no deseada. Los municipios de la provincia que han participado en el encuentro de este año son Beas, San Bartolomé de

la Torre, Trigueros, Punta Umbría, Bonares, Lucena del Puerto y San Juan del Puerto, que forman parte de las Zonas Básicas de Servicios Sociales del Cinturón Agroindustrial y la Ribera del Tinto.

El presidente de la Diputación, David Toscano, y la presidenta provincial de Cruz Roja, Patricia Mauri, han inaugurado esta segunda edición, que da continuidad a la iniciativa celebrada el año pasado. El encuentro se enmarca en las actividades del mes de las personas mayores, tras la conmemoración, el pasado 1 de octubre, del Día Internacional de las Personas de Edad.

Toscano ha reconocido la contribución de quienes participan en este encuentro, personas que han sido y siguen siendo importantes para la provincia de Huelva. También ha agradecido la colaboración de Cruz Roja y el trabajo de los Servicios Sociales de la Diputación para desarrollar una iniciativa que permite salir de la rutina, ampliar las relaciones personales y crear nuevos vínculos.

Durante su intervención, el presidente ha recuperado una reflexión de un representante de Cruz Roja sobre el valor de la experiencia. Frente a la presencia de la inteligencia artificial en la conversación cotidiana, ha llamado la atención sobre “la inteligencia acumulada de tantos años de tantas personas”.

El presidente ha explicado que el encuentro ofrece momentos para conversar, detenerse y reflexionar sobre cómo llevar una vida más saludable y plena. En este sentido, ha subrayado que las actividades proporcionan herramientas para que las personas mayores puedan cuidarse y seguir aportando su experiencia a los demás.

Por su parte, Patricia Mauri ha destacado que la colaboración con la Diputación permite a Cruz Roja desarrollar más proyectos y acercarse a las personas mayores de los municipios de la provincia. Ha reconocido lo que han enseñado y aportado a las generaciones posteriores y ha defendido la importancia de corresponder a esa contribución con atención y apoyo.

La presidenta provincial ha explicado que la jornada invita a aprender a gestionar las emociones, cuidarse y compartir las dificultades con otras personas que atraviesan situaciones similares. “Vamos a escucharnos, vamos a parar, vamos a respirar”, ha señalado al describir el propósito de estas actividades.

Mauri ha destacado también la dedicación del voluntariado y del personal técnico de Cruz Roja, pendientes de las necesidades de las personas mayores, y ha insistido en que el aumento de la esperanza de vida debe ir acompañado de calidad de vida.

El programa incluye un taller de gestión emocional en el que se trabajan pautas para identificar y expresar las emociones, afrontar los cambios y mejorar las relaciones personales. A continuación, un taller de reminiscencia utiliza la música en directo para evocar recuerdos y compartir experiencias, mediante ejercicios participativos guiados por profesionales.

Tras el almuerzo, la programación se completa con una actividad teatralizada sobre los Lugares Colombrinos a cargo de Platalea. La figura de Cristóbal Colón conduce una narración participativa dentro del Foro Iberoamericano que acerca la historia a los asistentes.

La celebración del encuentro durante el mes de las personas mayores permite también recordar la importancia de combatir el edadismo, entendido como los estereotipos, prejuicios y discriminaciones por razón de edad. Reconocer la capacidad de las personas mayores para decidir, aprender y participar contribuye a cuestionar las ideas que limitan sus oportunidades por los años que tienen.

Diputación y Cruz Roja mantienen así un espacio de convivencia que combina el cuidado del bienestar con la participación social y el acceso a actividades culturales.