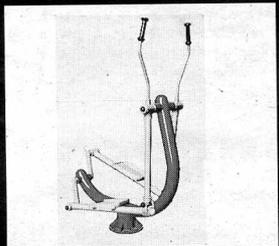


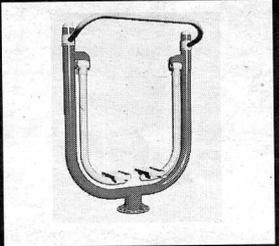
Un negocio industrial con mucho futuro

J. E. G. GRANADA

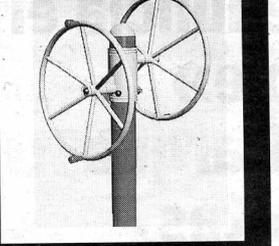
Los jardines geriátricos empezaron a verse en algunas ciudades europeas en 2005. En España el primero que se instaló fue en Estepona, y en la provincia de Granada comenzaron a verse en algunas zonas de playa en el año 2006. El éxito fue rotundo, y con el uso por parte de la gente, los ayuntamientos se han decidido a instalar todos los posibles. La demanda de estas instalaciones ha hecho que en España proliferen las empresas dedicadas a la fabricación e instalación de este tipo de aparatos de gimnasia en calles, parques y plazas. Ya hay una decena de empresas que suministran a las corporaciones locales, empresas privadas de atención a mayores y los gobiernos autónomos, estos servicios. Es una actividad más que se ha sumado al incremento de negocio que ha supuesto todo lo relacionado con la salud y bienestar de los mayores y la ocupación de su tiempo libre. Un negocio, que además, crecerá considerablemente en los próximos años, dada la longevidad creciente de las sociedades europeas y la española.



► **Caminador:** Su función es desarrollar fuerza muscular en los miembros superiores e inferiores, así como en la cintura. Mejora las funciones cardíacas y pulmonares y la coordinación de miembros.



► **Patines:** Para el fortalecimiento de piernas y cadera. Sirve para mejorar la flexibilidad, coordinación y estabilidad de los miembros inferiores. Se utiliza de pie sobre el aparato y balancea las piernas.



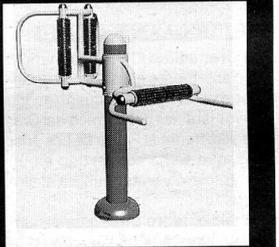
► **Timón:** Desarrollo y refuerzo de los miembros superiores y en especial de los hombros, mejorando la coordinación del cuerpo. Especialmente indicado en la rehabilitación de los hombros.



► **Prensa:** Desarrollo de la fuerza y mejora en la agilidad y estabilidad de las tres principales articulaciones de los miembros inferiores. Puede ser utilizado por dos personas a la vez.



► **Caballo:** Sirve para mejorar funciones cardíacas y pulmonares, y desarrolla musculatura de piernas, cintura, abdomen y espalda. Su uso es dificultoso por la postura de estar sentado, pero es muy efectivo.



► **Rodillos:** Relajación de la musculatura de cadera y espalda, mejorando la fatiga corporal y el sistema nervioso. Es un doble aparato, con rodillos por un lado y sujeciones por el otro.

hecho habitual todas las tardes. Algunos van vestidos con ropa deportiva, otros con la que ese día han salido a la calle. Pasean por el parque y utilizan los aparatos, uno a uno, en los tiempos que recomiendan los cartelitos situados junto a los elementos gim-

násticos, «y dependiendo de lo que te haya dicho el médico, porque la mayoría de nosotros le ha preguntado al médico si puede utilizarlos», dice una mujer que espera turno para utilizar el que llaman 'timón'. «Antes me daba largas caminatas para hacer ejer-

cicio, y el problema es que no sabía hacia dónde ir, porque andar por la ciudad no es muy agradable, pero ahora, además de pasear por el parque, hacemos los ejercicios. Y de verdad que me siento bastante más fuerte», dice.

En Granada se estima que más

de 500 personas hacen uso de los cinco jardines geriátricos que existen por el momento. Una cifra que el Ayuntamiento sabe que se incrementará con las nuevas instalaciones, ya que atraen a los visitantes de los parques.

■ jegomez@ideal.es

CON NUESTROS CURSOS
PUEDES CONSEGUIR
CRÉDITOS
PARA TU CARRERA



Universidad de Granada

Centro de
Lenguas Modernas
www.clm-granada.com



CURSOS DE LENGUAS MODERNAS

**INGLÉS - FRANCÉS - ALEMÁN - ITALIANO - JAPONÉS
ÁRABE - CATALÁN - CHINO - GRIEGO - NEERLANDÉS
POLACO - PORTUGUES - RUSO - SUECO**

► INTENSIVO SEPTIEMBRE 2008

- **Matrícula:** hasta el 29 de agosto 2008.
- **Prueba de nivel:** 1 de septiembre de 2008.
- **Duración del curso:** del 2 al 30 de septiembre de 2008.
- **Reserva:** 123 €. **Matrícula:** 184 €. **Total:** 307 €

► PRIMER CUATRIMESTRE 2008/2009

- **Matrícula:** del 1 al 25 de septiembre de 2008.
- **Prueba de nivel:** 23, 24 y 25 de septiembre
- **Duración del curso:** 60 horas, del 29 de septiembre de 2008 al 28 de enero de 2009 (excepto el grupo de los viernes que finalizará el 30 de enero de 2009)
- *Las clases del 13 de octubre y del 8 de diciembre pasan al 17 de octubre y al 12 de diciembre respectivamente. *El viernes 19 de diciembre no habrá clase.

► SEGUNDO CUATRIMESTRE 2009

- **Matrícula:** del 12 de enero al 12 de febrero de 2009
- **Prueba de nivel:** 10, 11 y 12 de febrero de 2009
- **Duración del curso:** 60 horas, del 13 de febrero al 5 de junio de 2009

	Pago a Plazos	Pago Único	Pago a Plazos Alumnado UGR	Pago único Alumnado UGR
Cuatrimestre 60h	462€ (3 plazos 154€)	438€	438€ (3 plazos 146€)	417€
Curso completo 120h	832€ (5 plazos 154€ + 1 plazo 62€)	790€	790€ (5 plazos 146€ + 1 plazo 60€)	750€

El personal docente y del PAS de la UGR y sus hijos tendrán un descuento especial en estos cursos.

EXAMEN TOEFL
ETS AUTHORIZED
TOEFL IBT CENTER
(Centro Homologado nº STN11162A)

- **PRÓXIMAS FECHAS DE EXAMEN**
 - Sábado, 20 de septiembre de 2008 a las 09.30h
 - Viernes, 17 de octubre de 2008 a las 09.30h
 - Viernes, 14 de noviembre de 2008 a las 09.30h
 - Viernes, 12 de diciembre de 2008 a las 09.30h

► CÓMO INSCRIBIRSE EN EL EXAMEN

Online, en la dirección web: www.ets.org
O por teléfono: Telf: +31320239540 (Central en Holanda)

► CURSO DE PREPARACION PARA EL EXAMEN TOEFL

- **Horario:** 20 horas, con un horario provisional de 20.00h a 22.00h.
- **Fechas del curso:** del 8 al 19 de septiembre.
- **Precios:** 180 €.

LOS CURSOS DE CHINO SE ORGANIZAN EN COLABORACION CON EL INSTITUTO CONFUCIO DE LA UNIVERSIDAD DE GRANADA

**CONSIGUE CREDITOS PARA
TU CARRERA DE LIBRE
CONFIGURACION**

PARA MÁS INFORMACIÓN, CENTRO DE LENGUAS MODERNAS
Placeta del Hospicio Viejo (Realejo). 18009 GRANADA. Teléfono 958 215 660 / Fax 958 220 844
INTERNET: <http://www.clm-granada.com> E-MAIL: infoclm@esperanto.ugr.es

- BIBLIOTECA
- TÍTULOS OFICIALES DE LA UNIVERSIDAD DE GRANADA
- AULA MULTIMEDIA
- GRUPOS REDUCIDOS
- SERVICIO DE INTERCAMBIO LINGÜÍSTICO
- VIDEOTECA
- CAFETERÍA
- ACTIVIDADES CULTURALES