



Fundación "la Caixa"



Bienestar en el vestir

Vestirnos bien
puede ayudarnos
a sentirnos mejor

Programa de
Personas Mayores

Un taller creado para ayudarnos a mejorar nuestro bienestar y nuestra calidad de vida a partir de algo tan habitual y cotidiano como la acción de vestirnos.

Bienestar en el vestir ofrece claves para adaptar nuestras prendas de vestir a nuestras necesidades, capacidades o limitaciones en un entorno de participación dinámico y ameno.

Con un enfoque fisioterapéutico y sostenible, el taller ofrece herramientas para elegir las prendas más adecuadas teniendo en cuenta las patologías funcionales y las de la piel, el equilibrio, la circulación y el cuidado personal, así como también el concepto de la moda en las personas mayores.

Un taller cargado de información, recursos y consejos para ayudarnos a sentirnos bien y poder disfrutar del día a día con comodidad. Creado por la Fundación "la Caixa" en colaboración con el Barcelona Centro de Diseño y ELISAVA.