



TALLERES ABIERTOS DE VERANO

también me mantengo activo en verano

dirigido a personas con 60 años o más

Para tomar parte en el programa, basta presentar el **carné de identidad**, facilitando así la participación a cualquier persona mayor que por cualquier razón permanece en la ciudad durante el verano o parte de él, independientemente de su residencia.

Actividades variadas en cuatro temáticas mensuales

julio-agosto-
1ª quincena septiembre

JULIO

- 1º: CIUDAD AMIGABLE PARA MANTENERSE EN FORMA. Ejercicio al aire libre en parques, zonas verdes...
- 2º: CREA Y RECICLA. Árbol con botones.
- 3º: COCINA FRESCA CON FRUTA PARA EL VERANO. SANDÍA.
- 4º: JUEGOS PARA ACTIVAR LA MENTE. Juego tipo trivial.

Lunes en T. Charra:
1-8-15-22

Martes en J. Fuente:
2-9-16-23

AGOSTO

- 1º: EJERCICIO AL AIRE LIBRE. Nuevas prácticas para mantenerse en forma
- 2º: CREA Y RECICLA. Cestillo con cuerdas.
- 3º: COCINA FRESCA. POSTRES DE VERANO
- 4º: JUEGOS PARA ACTIVAR LA MENTE. Cranium.

Lunes en T. Charra:
5-12-19-26

Martes en J. Fuente:
6-13-20-27

SEPTIEMBRE

- 1º: REDESCUBRIENDO MI CIUDAD. Paseando entre esculturas
- 2º: ESTIMULACIÓN COGNITIVA con Nuevas Tecnologías.

Lunes en T. Charra:
2-10 (de 12.00 a 13.30h)

Martes en J. Fuente:
3-10

2019

LUNES EN EL
CM MAYORES
TIERRA
CHARRA

julio-agosto-
1ª quincena septiembre

HORARIO:
DE 10.00 A 11.30 H

MARTES EN EL
CM MAYORES
JUAN DE LA
FUENTE

Las actividades se ofrecen por **PERIODOS MENSUALES**, pudiendo elegir participar en JULIO, AGOSTO o primera quincena de SEPTIEMBRE

1º turno de inscripción: DEL 6 AL 19 DE JUNIO
(personas que optan a un periodo/mes completo) pudiendo solicitar julio, agosto o 1ª quincena de septiembre

2º turno de inscripción: DEL 20 AL 25 DE JUNIO
Siempre que existan vacantes para ocupar una plaza en las actividades por un periodo/mes completo, pudiendo solicitar un segundo periodo (julio, agosto o 1ª quincena de septiembre)

Fuera de estos periodos de inscripción, y supeditado a la existencia de plazas libres, las personas que lo deseen podrán inscribirse en las actividades y periodos en las que haya vacantes. Para ello es aconsejable, consultar la disponibilidad de plazas en cada uno de los centros de mayores.

