



**¡Apúntate  
Ahora!**

**El plazo de inscripción será del 15 al 30 de marzo.**

**El lugar de inscripción será en conserjería del Centro de Día.**

**Las plazas de los talleres serán por orden de inscripción hasta su cupo.**

**La Concejalía de Mayores podrá modificar las condiciones necesarias en beneficio de la actividad a realizar.**



## **Centro de Día de mayores (Concejalía de Mayores)**



**Programa de actividades  
- Año 2017 -**

## TALLER DE LITERATURA EN LOS COLEGIOS.

Semana literaria con nuestros adultos mayores.

Una actividad intergeneracional

Este taller se desarrollara en los colegios.. Y participaría todos aquellos mayores que quieran apuntarse para preparar romanceros, poesías,...

**Objetivo:** Compartir momentos literarios en las clases

## APOYO PSICOLOGICO EN BUSCA Y MEJORA DE LA FELICIDAD.

Taller gratuito Junta Comunidades,

Imparte: Jose Carlos Martinez, Psicologo. ( Grupo Volmae)

**Temas a tratar:** Recorrido del pasado, autoconocimiento, expectativas hacia el futuro, como hacer para mejorar.

**Horario:** viernes de 10 a 11,30 h.

A partir del 21 de abril hasta el 12 de mayo ( ambos incluidos)

## CURSO DE DAMAS Y/O AJEDREZ:“ EL AJEDREZ ES EL MEJOR GIMNASIO DE LA MENTE”

**Objetivo:**El ajedrez mejora la concentración, capacidad de respuesta y resolución de problemas, previenen enfermedades como el Alzheimer. Este curso será tutorizado por alumnado del IES Campo de Calatrava y se desarrollará en verano.

## RADIOTEATRO INTERGENERACIONAL

Ponemos a tu disposición las herramientas para construir un radioteatro juntos y así transitar la magia de una historia relatada por sus protagonistas.

El taller consistirá en trabajar una parte de una novela, un cuento..Y RELATARLO EN NUESTRA RADIO

Impartido por Carolina Castañeda, logoterapeuta Centro

## CURSO DE MEMORIA Y ESTIMULACIÓN COGNITIVA.

El programa consistiría en una valoración inicial y dos sesiones semanales grupales de una hora de duración, de diferentes actividades cognitivas encaminadas a potenciar la memoria.

**Temporalización:** Dos veces por semana , en horario de tardes, desde Abril a Diciembre . Excepto periodos vacacionales.

Determinar horarios)

**Coste mensual:** 5 euros / Coste medio mes: 3 euros.

## TALLER DE FISIOTERAPIA Y SALUD.

**Temporalización:** Dos veces por semana, en horario de tardes, desde Abril a Diciembre . Excepto periodos vacacionales. Se realizarán en horario de tardes. En el Gimnasio del Centro de Día de mayores. Con un máximo de 10 personas. (determinar horarios).

**Objetivos:** Mejorar y/o recuperar movilidad analítica y global de los diferentes segmentos corporales. Potenciar el tono muscular para ganar funcionalidad. Adaptación al esfuerzo y a actividades de la vida diaria....

Coste mensual: 8 euros / Coste medio mes: 4 euros.

# *¡Anímate y participa!*

## Actividades permanentes.

### **BINGO.**

Se lleva a cabo todos los martes. En el salón de juegos del Centro de Día.

### **HUERTO DEL ABUELO/A.**

Esta actividad se lleva a cabo con cuatro personas mayores que trabajan en unos terrenos cedidos por el ayuntamiento de la localidad, un total de 120 mts dividido en cuatro parcelas, donde los mayores cuidan a lo largo de todo un año y recogen el fruto obtenido del huerto para su beneficio personal.

El ayuntamiento proporciona a los participantes todo tipo de instrumentos y productos necesarios para cultivar el terreno.

### **MEDIATECA.**

Espacio abierto en la primera planta de nuestro centro compuesto por 5 ordenadores, donde nuestros mayores podrán acercarse al mundo de las Nuevas Tecnologías.