

CONCEJALIA DE FAMILIA Y MAYORES

ACTIVIDADES GRATUITAS De Abril a Junio de 2019

- + ENTRENA TU MENTE
- + MANTENTE EN FORMA
- + UTILIDAD Y BUEN USO DEL MOVIL
- + INFORMÁTICA PARA LA VIDA COTIDIANA
- + TEATRO Y EXPRESION CORPORAL
- + OCIO (Bailes en Centros sociales .Viaje salud y playa)



INFORMACION E INSCRIPCION

Centro Social c/ Cifuentes, 26

Tl: 9490103 80 . Animadores socioculturales

PLAZO: DEL 18 AL 27 DE MARZO

Horario de 9 a 14 h.

REQUISITOS

- Jubilados / Pensionistas, Mayores de 55 años. Empadronados en el municipio de Guadalajara.

La admisión de solicitudes que no cumplan algún requisito, será valorada por los técnicos de la Concejalía de Mayores .

ADJUDICACION DE PLAZAS

- Si la demanda supera el número de plazas ofertadas, se realizará sorteo.
- Será preferente no haber participado en la actividad en la convocatoria anterior.
- Si solicita mas de un curso, una vez seleccionado en uno de ellos SOLO podrá optar a tener plaza en otro si hay vacantes.

CURSOS PRIMAVERA 2019 ENVEJECIMIENTO ACTIVO

OCIO Y TIEMPO LIBRE A PARTIR DE LOS 55



- Actividades de Envejecimiento Activo Primavera 2019 -

INFORMATICA

INICIACION: C. de Familia Cuartel del Henares

LUNES Y MIERCOLES de 10.00 a 11.30 H

Del 1 de ABRIL al 17 de JUNIO

AVANZADO: Centro Municipal Integrado

MARTES Y JUEVES de 10,30 a 12.00 H

Del 2 de ABRIL al 11 de JUNIO

AULA Abierta: C. Familia Cuartel del Henares

VIERNES de 11 a 13 H. Asistencia libre.

Practica libremente con el ordenador y consulta tus dudas

Del 5 de ABRIL al 21 de JUNIO

MANEJO DEL MOVIL

GRUPO 1: Centro Social Cifuentes

MARTES y JUEVES de 9.30 a 11.30 H

Del 2 de ABRIL al 7 de MAYO

GRUPO 2: Centro Social Cifuentes

LUNES Y MIERCOLES de 17 a 19 H

Del 1 de ABRIL al 8 de MAYO

En los cursos 1 y 2 es imprescindible móvil tipo
SMARTPHONE

Si utilizas un móvil básico y no controlas bien su manejo,
puedes consultar dudas en el Aula Abierta.

VIERNES de 11 a 13 H (C.Familia Cuartel del Henares)

Del 5 de ABRIL al 21 de JUNIO

ENTRENA TU MENTE

GRUPO 1: De 55 a 70 años. Centro Social Cifuentes

LUNES de 10.00 a 11.30 H

Del 1 de ABRIL al 10 de JUNIO

GRUPO 2: Mayores 70 años. Centro Social Cifuentes

LUNES de 11.30 a 13.00 H

Del 1 de ABRIL al 10 de JUNIO

MANTENTE EN FORMA

GRUPO 1: De 55 a 70 años. Centro Social Cifuentes

MARTES y JUEVES de 9.30 a 10.30 H

Del 2 de ABRIL al 11 de JUNIO

GRUPO 2: Mayores 70 años. Centro Social Cifuentes

MIERCOLES y VIERNES de 9.30 a 10.30 H

Del 3 de ABRIL al 21 de JUNIO

TALLER TEATRAL Y EXPRESION CORPORAL

Centro Social c/ Cifuentes. MIERCOLES de 10.30 a 12.30 H

Del 3 de ABRIL al 19 de JUNIO

