

## **AULA DE TERCERA EDAD -AYUNTAMIENTO DE SORIA-**

El Aula de Tercera Edad se configura como un espacio de intervención socio-educativo, destinado a proporcionar y generar alternativas para la ocupación del tiempo libre, que favorezcan su desarrollo personal y social y puedan prevenir situaciones de riesgo de aislamiento, procurando un espacio de envejecimiento activo y participativo en el marco de la ciudad de Soria en el marco de Ciudades amigas de las Personas Mayores promovido por la OMS.

### **1. Destinatarios y destinatarias**

Serán beneficiarios/as del servicio de Aulas de Tercera Edad las personas empadronadas en Soria o pedanías y las residentes en el municipio, jubiladas y mayores de 65 años o mayores de 60 en situación de prejubilación.

### **2.- Lugar de impartición y talleres**

Las actividades del Aula de Tercera Edad se prestan en las dependencias del Centro Municipal Polivalente de Servicios Sociales "LA PRESENTACIÓN". Plaza de Bernardo Robles, 9 Soria.

Tfno: 975 231 903/ 975 233 476

## **PLAZAS Y ACTIVIDADES 2018/2019**

### **ACTIVIDADES DEPORTIVAS:**

- **TAICHI: 120 PLAZAS ( 6 GRUPOS)**
- **YOGA: 80 PLAZAS (4 GRUPOS)**
- **G. MANTENIMIENTO: 60 PLAZAS (3 GRUPOS)**
- **PILATES: 60 PLAZAS (3 GRUPOS)**

### **ACTIVIDADES CULTURALES:**

- **PINTURA: 150 PLAZAS (6 GRUPOS)**
- **CERÁMICA: 20 PLAZAS (1 GRUPO)**
- **ARTESANIA: 15 PLAZAS (1 GRUPO)**
- **RESTAURACIÓN: 30 PLAZAS (2 GRUPOS)**
- **INGLES PARA VIAJEROS: 50 PLAZAS (2 GRUPOS)**

### ACTIVIDADES DE DESARROLLO PERSONAL:

- DESARROLLO PERSONAL (MEMORIA, GIMNASIA MENTAL, RISOTERAPIA):  
150 PLAZAS (6 GRUPOS)

### ACTIVIDADES DE INTEGRACION SOCIAL:

- NUEVAS TECNOLOGÍAS: 220 PLAZAS (2 GRUPOS INICIACION, 6 INTERNET, 3 FOTO DIGITAL).
- COCINA Y LABORES DOMESTICAS PARA HOMBRES: 50 PLAZAS (2 GRUPOS).
- MANEJO DE MOVIL, TABLET: 80 PLAZAS (4 GRUPOS, FUNCIONARAN DE FORMA CUATRIMESTRAL).

### OTRAS ACTIVIDADES:

- JORNADAS DE SEGURIDAD VIAL Y DE CONSUMO: LIBRE
- JORNADAS PREVENCION DE ACCIDENTES EN EL HOGAR: LIBRE
- MUSICA: LIBRE
- TEATRO: LIBRE
- FIESTAS: LIBRE
- EXCURSIONES: HASTA CUBRIR AUTOBUS
- VISITAS CULTURALES: LIBRE
- CHARLAS Y CONFERENCIAS: LIBRE

### **3.- Plazo de preinscripción y matrícula:**

Del 23 de septiembre al 4 de octubre por internet: <http://aulas.soria.es>

**.Identificador:** nº tarjeta ciudadana

**.Contraseña:** fecha de nacimiento (separada por barras ej. 01/01/2019)

Del 30 de septiembre al 4 de octubre de 9 a 14 horas matrícula presencial en el Centro de la Presentación.

El 7 de octubre se realizará el sorteo, a partir de este día se procederá a recoger la matrícula en el centro y abonar el pago antes del inicio de las clases.

### **3.1. Precio de la matrícula:**

La matrícula del curso es de 25 € para todos los alumnos y alumnas inscritos.

Cada uno de los talleres tiene un precio de 25 € por curso (excepto el teatro y el coro que son gratuitos).

Cada alumno podrá matricularse como máximo en **dos** actividades (sólo una deportiva, sólo una de NNTT).

### 3.3. Inicio actividad:

14 de octubre de 2019

## HORARIO CURSO 2019/2020

	<b>HORAS</b>	<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>JUEVES</b>
<b>MAÑANA</b>	10 a 11 ▶	<b>YOGA 1</b> <b>TAICHI 1</b> <b>INICIACION 1</b> <b>COCINA 1</b>	<b>PILATES 1</b> <b>TAICHI 2</b> <b>INTERNET 5</b> <b>COCINA 2</b>	<b>YOGA 1</b> <b>TAICHI 1</b> <b>INICIACION 1</b>	<b>PILATES 1</b> <b>TAICHI 2</b> <b>INTERNET 5</b>
	11 a 12 ▶	<b>PINTURA 1</b> <b>TAICHI 3</b> <b>INTERNET 1</b> <b>COCINA 1</b> <b>MEMORIA 2</b>	<b>COCINA 2</b> <b>PINTURA 2</b> <b>PILATES 2</b> <b>RESTAURACIÓN 1</b> <b>INICIACION 2</b> <b>TAICHI 5</b> <b>INGLÉS PARA VIAJEROS INICIACIÓN (de 11 a 12,30)</b>	<b>PINTURA 1</b> <b>TAICHI 3</b> <b>INTERNET 1</b> <b>MEMORIA 2</b> <b>INGLÉS PARA VIAJEROS MEDIO (de 11 a 12,30)</b>	<b>PINTURA 2</b> <b>PILATES 2</b> <b>RESTAURACIÓN 1</b>  <b>INICIACION 2</b> <b>TAICHI 5</b>
	12 a 13 ▶	<b>YOGA 2</b> <b>TAICHI 4</b> <b>INTERNET 2</b>	<b>YOGA 3</b> <b>GIMNASIA 1</b> <b>MEMORIA 1</b> <b>RESTAURACIÓN 2</b> <b>MÓVIL 1 (de octubre a enero)</b> <b>MÓVIL 3 (de febrero a mayo)</b>	<b>YOGA 2</b> <b>TAICHI 4</b> <b>INTERNET 2</b>	<b>YOGA 3</b> <b>GIMNASIA 1</b> <b>MEMORIA 1</b> <b>RESTAURACIÓN 2</b> <b>MÓVIL 1 (de octubre a enero)</b> <b>MÓVIL 3 (de febrero a mayo)</b>
		<b>GIMNASIA 2</b>	<b>FOTOGRAFÍA</b>	<b>GIMNASIA 2</b>	<b>FOTOGRAFÍA</b>

	13 a 14 ▶	<b>INTERNET 3</b>	<b>DIGITAL 1</b>	<b>INTERNET 3</b>	<b>DIGITAL 1</b>
<b>TARDE</b>	17 a 18 ▶	<b>PINTURA 3</b> <b>PILATES 3</b> <b>MEMORIA 3</b> <b>MÓVIL 2</b> (de octubre a enero) <b>MÓVIL 4</b> (de febrero a mayo) <b>CERÁMICA</b>	<b>PINTURA 4</b> <b>INICIACIÓN</b> <b>TAICHI 6</b> <b>MEMORIA 5</b> <b>FOTOGRAFÍA</b> <b>DIGITAL 3</b>	<b>PINTURA 3</b> <b>PILATES 3</b> <b>MEMORIA 3</b> <b>MÓVIL 2</b> (de octubre a enero) <b>MÓVIL 4</b> (de febrero a mayo) <b>CERÁMICA</b>	<b>PINTURA 4</b> <b>INICIACIÓN</b> <b>TAICHI 6</b> <b>MEMORIA 5</b> <b>FOTOGRAFÍA</b> <b>DIGITAL 3</b>
	18 a 19 ▶	<b>PINTURA 5</b> <b>ARTESANÍA</b> <b>GIMNASIA 3</b> <b>MEMORIA 4</b> <b>INTERNET 4</b> <b>MÚSICA</b>	<b>PINTURA 6</b> <b>MEMORIA 6</b> <b>INTERNET 6</b> <b>TEATRO</b>	<b>PINTURA 5</b> <b>ARTESANÍA</b> <b>GIMNASIA 3</b> <b>MEMORIA 4</b> <b>INTERNET 4</b> <b>MÚSICA</b>	<b>PINTURA 6</b> <b>MEMORIA 6</b> <b>INTERNET 6</b> <b>TEATRO</b>
	19 a 20 ▶	<b>MÚSICA</b> <b>FOTOGRAFÍA</b> <b>DIGITAL 2</b>	<b>TEATRO</b> <b>YOGA 4</b>	<b>MÚSICA</b> <b>FOTOGRAFÍA</b> <b>DIGITAL 2</b>	<b>TEATRO</b> <b>YOGA 4</b>