

## AULAS ABIERTAS:

Las aulas abiertas son *espacios accesibles de formación autodidacta*, para todos/as los socios y socias de los CMM de Coslada. Cuentan con la presencia de **Voluntarios/as Mayores**, responsables de las actividades, que pueden ayudarte y facilitar tu participación. **¡ANÍMATE!**

### ◆ INFORMÁTICA

Lunes y miércoles de 17:00 h. a 19:00 h. en CMM Ciudad 70  
Martes y jueves de 11:00 h. a 13:00 h. y de 17:00 h. a 19:00 h. en CMM Primavera.

### ◆ MARQUETERÍA:

Lunes a Viernes de 09:30 h. a 13:00 h. en CMM Primavera

### ◆ PATCHWORK:

Martes de 18:30 h. a 20:30 h. en CMM Primavera

### ◆ CORAL:

Lunes de 17:00 h. a 20:00 h. en CMM La Cañada

### ◆ RONDALLA:

Martes de 16:30 h. a 18:30 h. en CMM La Rambla

### ◆ GRUPO DE MAYORES DE CINE:

Miércoles de 17:00 a 19:00 h. CMM La Rambla



## CONCEJALÍA DE SERVICIOS SOCIALES Y MAYORES

Avenida Príncipes de España, 12  
Coslada, 28823  
Teléfono: 91 627 82 00 - Extensión 3600  
mayores@ayto-coslada.es



Puedes seguirnos en las redes sociales:  
Ayuntamiento de Coslada



# PROGRAMACIÓN FEBRERO 2020

# Mayores



Febrero

**Ángel Viveros Gutiérrez**  
Alcalde



**Santiago De Miguel Esteban**  
Concejal de Servicios  
Sociales y Mayores



## TERMALISMO SALUDABLE 2020:

• **Preinscripción y recogida de solicitudes:** desde el 28 de enero al 6 de febrero, en despacho y horario de atención de Consejos Rectores de CMM La Rambla y CMM Primavera.

• **Sorteo\* de plazas:** jueves 13 de febrero.

• **Formalización de la inscripción:** desde el 18 al 26 de febrero.

♦ **BALNEARIO BAÑOS DE BENITO**, en Salobre (Albacete)

Precio por plaza (10 días): 371,18 euros.

**Entrada 25 de marzo al 3 de abril**

♦ **BALNEARIO DE LEDESMA**, en Vega de Tiradores (Salamanca)

Precio por plaza (10 días): 341,14 euros

**Entrada 31 de marzo al 9 de abril**

\* Se realizará sorteo en caso de demanda superior al número de plazas ofertadas (100 plazas)

### PERSONAS DELEGADAS TALLERES 2019 -20

Si quieres **participar como delegado/a de taller**, consulta con las animadoras socioculturales de tu CMM.

Recuerda que celebraremos el **segundo encuentro** de este curso 2019/20 en cada CMM:

**CONVOCATORIA 07 FEBRERO:** 10:00 h. CMM Primavera

**CONVOCATORIA 14 FEBRERO:**

09:00 h. CMM José Luis Sampedro -11:00 h. CMM La Rambla

**CONVOCATORIA 21 FEBRERO:**

10:00 h. CMM La Cañada -12:00 h. CMM Ciudad 70

### VISITAS CULTURALES:

♦ **BIBLIOTECA MUSICAL MUNICIPAL en CC Conde Duque**

**SALIDA: viernes 21 de febrero - 10:15 h.** Renfe Coslada.

♦ **MUSEO DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA.**

**SALIDA (autocar) : viernes 28 de febrero.**

10:30 h. CMM Salida autocar desde metro La Rambla

10:40 h. CMM Salida autocar desde CMM Primavera.

### INSCRIPCIONES :

**Lunes 10 de febrero**

09:30 h. CMM Primavera -11:00 h. CMM La Rambla

### ♦ **INFORMÁTICA Y COMUNICACIÓN:**

#### **"Iniciación a la Informática"**

Lunes, miércoles y viernes 10:00 h. -12:00 h. CMM Primavera

Inicio: 12 febrero - Fin: 28 febrero

#### **"Comunícate por la red"**

Lunes miércoles y viernes 17:00 h. - 19:00 h. CMM Primavera

Inicio: 12 febrero - Fin: 09 marzo

#### **INSCRIPCIONES:**

Jueves 06 de febrero -10:00 h. en CMM Primavera

### ♦ **DESARROLLO PERSONAL Y CICLO VITAL:**

#### **"Vivir como yo quiero"**

Jueves de 10:00 h. a 12:00 h. en CMM La Cañada

Inicio: 13 de febrero - Fin: 23 de abril

#### **INSCRIPCIONES:**

Jueves 06 de febrero - 11:00 h. en CMM La Cañada

### ♦ **SALUD Y BIENESTAR:**

#### **"En forma"**

Miércoles de 10:00 h. a 12:00 h. en CMM Ciudad 70

Inicio: 12 de febrero—Fin: 01 de abril

#### **INSCRIPCIONES:**

Jueves 06 de febrero -10:00 h. en CMM Ciudad 70

#### **"Menos dolor, más vida"**

Lunes de 10:00 h. a 12:30 h. en CMM José Luis Sampedro

Inicio: 10 febrero - Fin: 09 marzo

#### **INSCRIPCIONES:**

Jueves 06 de febrero - 12:30 h. en CMM José Luis Sampedro

### **CHARLA FISIOTERAPIA:**

#### **" Artrosis y otras dolencias. Prevención y tratamiento"**

Jueves 27 de febrero a las 17:00 h. en CMM La Rambla

Inscripciones: en consulta del servicio o vía telefónica en el 620478018 (hasta cubrir plazas disponibles)

### **JARDÍN TERAPÉUTICO "LOS SENTIDOS"**

**Consulta la programación de actividades terapéuticas**

para fomentar la salud y el bienestar físico y emocional en C/ Ecuador, 2 de lunes a viernes de 09:30 h. a 19:00 h.

