



CONCEJALÍA DE SERVICIOS SOCIALES,  
MAYORES E IGUALDAD

Mmmmm  
Mayores

# Programa de Actividades Socioeducativas y Animación Sociocultural de los Centros de Mayores



**CURSO 2019-2020**

*Amigas y amigos de Coslada,*

***Os presentamos la programación de las actividades socioeducativas para el curso 2019-20 que son el eje del Programa “Envejecer y Participar en Coslada”.***

*Desde la Concejalía de Mayores consideramos esta amplia y diversa oferta de actividades fundamental para generar relaciones, ofrecer oportunidades de nuevos aprendizajes y acompañamiento a los cambios del ciclo de vida. Los Centros de Mayores son espacios de proximidad para continuar informados, activos, participar y vivir esta etapa con salud, vitalidad y bienestar.*

*Activar la Participación es una línea de trabajo prioritaria, tanto interna en los propios Centros entre los Consejos Rectores, delegados y delegadas de grupos de actividad, personas voluntarias, grupos de actividad autónomos, asociaciones con sede en ellos, etc... como la externa en el entorno, con otras concejalías, asociaciones locales, centros educativos, espacios de igualdad, deportivos, culturales, ofreciendo al resto de generaciones el conocimiento, experiencia y solidaridad que atesoráis.*

*Vivir nuevas experiencias, ocupar el tiempo de forma creativa y hacer nuevas amistades son claves para evitar la soledad, mantenerse vital y continuar aportando a la sociedad.*

*Coslada ha asumido el reto de formar parte de la Red Mundial de Ciudades Amigables de la OMS, para construir una sociedad amigable con las personas mayores. Este compromiso es de todos y todas los vecinos y vecinas, pero la aportación e implicación de las personas de más edad, será imprescindible.*

***Os invitamos a participar a todas las personas mayores y también a las jóvenes y familiares a conocer la actividad que realizáis desde estos centros municipales y comprobar que sois 'ciudadanía activa' que aporta mucho a la ciudad.***

*Gracias por vuestra confianza, alegría y participación.*



**Ángel Viveros Gutiérrez**  
Alcalde de Coslada



**Teresa González Ausín**  
Concejala de Servicios Sociales, Mayores e Igualdad

## CALENDARIO PROCESO DE INSCRIPCIÓN Curso 2019-2020

### **PREINSCRIPCIÓN: RECOGIDA Y PRESENTACIÓN DE SOLICITUDES**

**Del día 6 de mayo al 21 de mayo de 2019, ambos inclusive.** **Horario:** De 10.00 a 13.00 horas.

**Lugar:** Conserjería de todos los Centros Municipales de Mayores y en la Concejalía de Servicios Sociales y Mayores.

**Requisitos:** estar inscrito en un Centro de Mayores del Ayuntamiento de Coslada y entregar la preinscripción debidamente cumplimentada y firmada en el plazo indicado, ya que en caso contrario, podría ser desestimada.

En caso de **duplicidad de solicitudes**, éstas **serán ANULADAS**.

### **SORTEO PÚBLICO ORDEN DE LA INSCRIPCIÓN: Viernes día 31 de mayo de 2019**

El nº extraído en el sorteo público, (al que no es necesario asistir) establecerá el orden de la cita para la formalización de la inscripción, desde ese número hasta el último entregado y desde el 1 hasta el anterior a éste.

**Horario:** 10.00 horas. **Lugar:** Centro Municipal de Mayores "La Rambla".

### **PUBLICACIÓN CALENDARIO ORDEN DE INSCRIPCIÓN: Lunes 3 de junio de 2019.**

En los tabloneros informativos de los cinco Centros de Mayores

### **INSCRIPCIONES: A partir del 12 de Junio de 2019**

Comenzarán a partir del 12 de junio, de 8.30 a 13.30 horas en el Centro Municipal de Mayores La Rambla según el calendario publicado. La inscripción deberá realizarse en el día y hora correspondiente por la persona interesada o por otra en quien delegue.

**Requisitos:** Estar inscrito en un Centro de Mayores del Ayuntamiento de Coslada y haber cumplimentado, firmado y entregado la preinscripción en plazo y forma.

Se recomienda **llevar los datos bancarios escritos** para la correcta comprobación de la anotación de la cuenta bancaria.

**Elección de talleres:** Con el objetivo de que el mayor número de personas cuente con alguna actividad y reducir las listas de espera, se podrá **elegir un máximo de dos talleres anuales, siempre y cuando no sean del mismo grupo** (clasificados en el folleto por colores). De esta condición, se excluye el grupo de Formación Cultural, podrán elegirse dos talleres de este grupo.

**Pago:** El pago se realizará **exclusivamente por domiciliación bancaria**. Es **obligatorio que la preinscripción esté firmada por el titular de la cuenta bancaria**. De no ser así, no se podrá realizar la inscripción.

<b>Tarifas:</b>	<b>Gerontogimnasia . . . .</b>	<b>21 €</b>
	<b>1er Taller . . . . .</b>	<b>13 €</b>
	<b>2º Taller . . . . .</b>	<b>7 €</b>

El pago de las actividades se realizará en una **única cuota anual** en todo el curso lectivo 2019/20

### **CALENDARIO LECTIVO** **ACTIVIDADES SOCIOEDUCATIVAS**

Del 1 de Octubre 2019 al 12 de Junio de 2020

#### **PERIODOS VACACIONALES:**

Navidad: Del 23 de diciembre 2019 al 7 de Enero de 2020

Semana Santa: Del 06 al 13 de Abril de 2020

Fiestas locales: 15 de Mayo y 15 de Junio de 2020

#### **OTROS DÍAS NO LECTIVOS:**

La programación de la Semana sobre Ciudadanía Mayor prevista del 04 al 10 de Mayo 2020 sustituirá la programación de actividades socioeducativas de los Centros de Mayores.

## **Centro Municipal de Mayores "PRIMAVERA"**

<b>GRUPO</b>	<b>TALLER</b>	<b>HORARIO</b>		<b>PLAZAS</b>
<b>ACTIVIDAD FISICODEPORTIVA</b>	<b>GIMNASIA "Polideportivo El Olivo"</b>	Lunes y Miércoles	09:00 a 10:00 horas	105
		Lunes y Miércoles	10:00 a 11:00 horas	105
		Lunes y Miércoles	11:00 a 12:00 horas	105
		Lunes y Miércoles	12:00 a 13:00 horas	105
	<b>ZUMBA</b>	Lunes y Miércoles	10:30 a 11:30 horas	30
	<b>PILATES</b>	Lunes y Miércoles	11:30 a 12:30 horas	25
		Lunes y Miércoles	12:30 a 13:30 horas	25
<b>EXPRESIÓN CORPORAL</b>	<b>SEVILLANAS</b>	<b>INICIACIÓN</b>	Lunes y Miércoles 17:00 a 18:00 horas	30
		<b>MEDIO</b>	Lunes y Miércoles 18:00 a 19:00 horas	30
		<b>AVANZADO</b>	Lunes y Miércoles 19:00 a 20:00 horas	30
	<b>BAILES DE SALÓN</b>	<b>INICIACIÓN</b>	Martes y Jueves 10:30 a 11:30 horas	30
		<b>MEDIO</b>	Martes y Jueves 11:30 a 12:30 horas	30
		<b>AVANZADO</b>	Martes y Jueves 12:30 a 13:30 horas	30
<b>ARTES PLÁSTICAS</b>	<b>ARTESANÍA</b>	Lunes	17:00 a 19:00 horas	16
	<b>PATCHWORK</b>	Martes	16:00 a 18:30 horas	16
	<b>DIBUJO Y PINTURA</b>	Jueves	17:00 a 19:00 horas	16
<b>FORMACIÓN CULTURAL</b>	<b>CULTURA GENERAL</b>	Jueves	17:00 a 19:00 horas	20
	<b>INGLÉS</b>	<b>INICIACIÓN</b>	Miércoles 16:30 a 18:30 horas	20
		<b>INTERMEDIO</b>	Miércoles 18:30 a 20:30 horas	20
	<b>TEATRO</b>	Martes y Jueves	18:30 a 20:30 horas	20

## **Centro Municipal de Mayores “LA RAMBLA”**

GRUPO	TALLER	HORARIO		PLAZAS
<b>ACTIVIDAD FISICODEPORTIVA</b>	<b>GIMNASIA "Polideportivo Valleaguado"</b>	Martes y Jueves	09:00 a 10:00 horas	<b>70</b>
		Martes y Jueves	10:00 a 11:00 horas	<b>105</b>
		Martes y Jueves	11:00 a 12:00 horas	<b>70</b>
		Martes y Jueves	12:00 a 13:00 horas	<b>70</b>
	<b>YOGA</b>	Lunes y Miércoles	17:00 a 18:00 horas	<b>25</b>
		Lunes y Miércoles	18:00 a 19:00 horas	<b>25</b>
		Lunes y Miércoles	19:00 a 20:00 horas	<b>25</b>
	<b>ZUMBA</b>	Martes y Jueves	10:30 a 11:30 horas	<b>30</b>
		Martes y Jueves	11:30 a 12:30 horas	<b>30</b>
	<b>EXPRESIÓN CORPORAL</b>	<b>SEVILLANAS</b>	<b>INICIACIÓN</b>	Martes y Jueves 17:00 a 18:00 horas
<b>MEDIO</b>			Martes y Jueves 18:00 a 19:00 horas	<b>30</b>
<b>AVANZADO</b>			Martes y Jueves 19:00 a 20:00 horas	<b>30</b>
<b>BAILE DE SALÓN</b>		<b>INICIACIÓN</b>	Lunes y Miércoles 09:30 a 10:30 horas	<b>30</b>
		<b>MEDIO</b>	Lunes y Miércoles 10:30 a 11:30 horas	<b>30</b>
		<b>MEDIO</b>	Lunes y Miércoles 11:30 a 12:30 horas	<b>30</b>
		<b>AVANZADO</b>	Lunes y Miércoles 12:30 a 13:30 horas	<b>30</b>

## **Centro Municipal de Mayores “LA RAMBLA”**

<b>GRUPO</b>	<b>TALLER</b>	<b>HORARIO</b>		<b>PLAZAS</b>
<b>ARTES PLÁSTICAS</b>	<b>ARTESANÍA</b>	Martes	17:00 a 19:00 horas	<b>16</b>
		Jueves	17:00 a 19:00 horas	<b>16</b>
	<b>DIBUJO Y PINTURA</b>	Lunes	17:00 a 19:00 horas	<b>16</b>
<b>FORMACIÓN CULTURAL</b>	<b>CULTURA GENERAL</b>	Miércoles	17:00 a 19:00 horas	<b>20</b>
	<b>GÉNEROS LITERARIOS</b>	Miércoles	10:00 a 12:00 horas	<b>20</b>

## **Centro Municipal de Mayores “LA CAÑADA”**

<b>GRUPO</b>	<b>TALLER</b>	<b>HORARIO</b>		<b>PLAZAS</b>
<b>ACTIVIDAD FÍSICODEPORTIVA</b>	<b>PSICOMOTRICIDAD</b>	Miércoles y Viernes	10:30 -12:00 horas	<b>25</b>
<b>FORMACIÓN CULTURAL</b>	<b>TEATRO</b>	Martes y Jueves	16:00 a 18:00 horas	<b>14</b>
	<b>ESCRITURA Y PENSAMIENTO CREATIVO</b>	Lunes	10:00 a 12:00 horas	<b>20</b>

## **Centro Municipal de Mayores “JOSÉ LUIS SAMPEDRO”**

GRUPO	TALLER	HORARIO		PLAZAS
ACTIVIDAD FISICODEPORTIVA	GIMNASIA	Martes y Jueves	11:30 a 12:30 horas	40
ARTES PLÁSTICAS	PATCHWORK	Lunes	16:30 a 19:00 horas	16
FORMACIÓN CULTURAL	INFORMÁTICA	NIVEL 1	Lunes y Miércoles 10:00 a 11:15 horas	14
		NIVEL 2	Lunes y Miércoles 11:15 a 12:30 horas	14

**INFORMÁTICA NIVEL 1:** Recomendado para aquellas personas mayores que hayan cursado previamente algún curso de informática.

*En este taller se consolidarán habilidades relacionadas con la edición de textos, diseño de tablas y presentaciones.(Ofimática básica), así como el acceso a Internet.*

**INFORMÁTICA NIVEL 2:** Para aquellas personas mayores que tienen conocimientos afianzados relacionados con la ofimática básica y el acceso a Internet.

*En este taller se empleará el uso de la Red como recurso práctico de la vida diaria , como solicitar citas médicas, certificado digital, y/o gestiones tributarias, gestión cultural del ocio (programación de viajes, compra de entradas) y otros trámites.*



## **Centro Municipal de Mayores “CIUDAD 70”**

GRUPO	TALLER	HORARIO		PLAZAS	
<b>ARTES PLÁSTICAS</b>	<b>ARTESANÍA</b>	Lunes	10:30 a 12:30horas	<b>16</b>	
<b>FORMACIÓN CULTURAL</b>	<b>INFORMÁTICA</b>	<b>NIVEL 0</b>	Lunes y Miércoles	10:00 a 11:15 horas	<b>12</b>
		<b>NIVEL 1</b>	Lunes y Miércoles	11:15 a 12:30 horas	<b>12</b>
		<b>NIVEL 0</b>	Martes y Jueves	10:00 a 11:15 horas	<b>12</b>
		<b>NIVEL 1</b>	Martes y Jueves	11:15 a 12:30 horas	<b>12</b>
		<b>NIVEL 2</b>	Martes y Jueves	17:00 a 18:15 horas	<b>12</b>
		<b>NIVEL 2</b>	Martes y Jueves	18:15 a 19:00 horas	<b>12</b>
		<b>ALIMENTACIÓN SALUDABLE</b>	Miércoles	17:00 a 19: 00 horas	<b>20</b>

**INFORMÁTICA NIVEL 0:** *Para personas mayores sin experiencia previa con el ordenador.*

*En este taller se aprenderá un uso básico del equipo: componentes del ordenador, almacenamiento de datos o gestión del escritorio.*

**INFORMÁTICA NIVEL 1:** *Recomendado para aquellas personas mayores que hayan cursado previamente formación básica de informática.*

*En este taller se consolidarán habilidades relacionadas con la edición de textos, diseño de tablas y presentaciones.(Ofimática básica), así como el acceso a Internet.*

**INFORMÁTICA NIVEL 2:** *Para aquellas personas mayores que cuentan con conocimientos afianzados relacionados con la ofimática básica y el acceso a Internet.*

*En este taller se empleará el uso de la Red como recurso práctico de la vida diaria, como solicitar citas médicas, certificado digital, y/o gestiones tributarias, personales o de entidades en las que participen, gestión cultural del ocio (programación de viajes, compra de entradas) y otros trámites.*

## **NORMATIVA DE ACTIVIDADES**

### **PROGRAMA "ENVEJECER Y PARTICIPAR EN COSLADA"**

- 1. FALTAS DE ASISTENCIA.** *Cuatro faltas de asistencia consecutivas sin justificar en actividades que se imparten dos días a la semana o dos faltas de asistencia consecutivas sin justificar en las que se imparten un día a la semana, supondrán la baja automática.*

**Causas justificables:** *motivos médicos, ingresos hospitalarios o decesos de familiares directos.*

*Los justificantes oficiales de las faltas **se mostrarán al profesor/a de la actividad** el día que reanuden la asistencia o en un plazo máximo de 15 días. No se admitirán justificaciones verbales.*

- 2. ALTAS Y BAJAS.** *Las ausencias justificadas de una duración superior al mes supondrán "**Baja Temporal**" con preferencia en la incorporación, en caso de existir vacantes, en el mismo grupo en el que se ha producido la baja. Para tramitar la reincorporación deberá contactar con el/la Animador/a Sociocultural de su Centro.*

*En caso de "**Baja voluntaria o definitiva**" será obligatorio comunicarlo al Animador/a Sociocultural del Centro de Mayores "La Rambla" cumplimentando y firmando formulario de baja, en caso contrario, se causará baja de oficio.*

*Cuando existan vacantes, se llamará por riguroso orden de lista de espera según inscripción. Sólo se cubrirán plazas vacantes hasta el mes de febrero inclusive, previo pago de la matrícula anual.*

- 3. CAMBIO DE HORARIO DENTRO DE LA MISMA ACTIVIDAD.** *Durante los primeros 15 días de octubre se podrá solicitar exclusivamente el cambio de horario dentro de la **misma actividad y mismo centro** en el que se desarrolla, siempre y cuando haya otra persona interesada en realizar la permuta. Esta norma excluye las actividades que impliquen niveles .*

4. **CAMBIOS DE NIVEL.** Durante el curso 2019/20 quedan excluidos cambios en las actividades que impliquen niveles. En el momento de la inscripción las personas solicitantes elegirán responsablemente el nivel que considere más acorde a sus conocimientos. En caso de que su nivel esté completo quedará en lista de espera ya que de inscribirse en un otro nivel que no le corresponda, será causa de baja.
  
5. **MODIFICACIÓN O CANCELACIÓN DE ACTIVIDADES.** En el caso de que las actividades sufran modificaciones por causas imprevistas o reorganización en función de las demandas, se comunicará mediante carteles informativos en el centro en el que se imparte.
  
6. **AUTONOMÍA PERSONAL.** Los profesionales de la Concejalía de Servicios Sociales y Mayores colaborarán con los Consejos Rectores y personas delegadas de los grupos de actividad para detectar y acompañar a las personas que presenten cambios en su grado de autonomía personal que les impida desarrollar las actividades con normalidad y orientarlas a otras actividades y recursos más adecuados a sus necesidades.
  
7. **AUTORIZACIÓN DE CESIÓN DE IMAGEN:** Todas las personas solicitantes, en el momento de la inscripción autorizan a la Concejalía de Mayores para que pueda realizar fotografías y/o grabaciones de su persona durante el desarrollo de las actividades en las que participe con el objetivo informativo y de difusión del Ayuntamiento de Coslada (web municipal, vídeos, redes sociales, carteles y/o folletos de actividades y servicios municipales...) y en diferentes medios de comunicación. En caso de desacuerdo, deberá notificarlo por escrito vía Registro Municipal al Área de Mayores o a la dirección de correo: [mayores@ayto-coslada.es](mailto:mayores@ayto-coslada.es).

## HORARIO DE APERTURA DE LOS CENTROS MUNICIPALES DE MAYORES

De lunes a viernes: De 9:30 a 15:00 h. y de 16:00 a 21:00 h.

Sábado, domingo y festivos: De 10:00 a 15:00 h. y de 16:30 a 20:30 h.

### Centro de Mayores "La Rambla"

Avda. Príncipes de España, 8 • 28823 Coslada  
Tel. **91 627 82 00** - Conserjería **ext. 3760**  
Consejo Rector **ext. 3750**

### Centro de Mayores "Ciudad 70"

Avda. de Francfort, 2 • 28822 Coslada  
Tel. **91 627 82 00** - Conserjería **ext. 3761**  
Consejo Rector **ext. 3751**

### Centro de Mayores "Primavera"

C/. Velázquez, 6 • 28821 Coslada  
Tel. Conserjería y Consejo Rector **91 673 92 74**

### Centro de Mayores "La Cañada"

Plaza Poniente, 3 • 28823 Coslada  
Tel. Conserjería y Consejo Rector **91 672 31 81**

### Centro de Mayores "José Luis Sampedro"

C/. Juan de Herrera, 2 • 28823 Coslada  
Teléfono Conserjería **91 674 02 02**

Más Información:



[mayores@ayto-coslada.es](mailto:mayores@ayto-coslada.es)  
Telf.: **91 6278200 - ext. 3600**

CONCEJALÍA DE SERVICIOS SOCIALES,  
MAYORES E IGUALDAD

