

**PREINSCRIPCIÓN EN ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA DEL CENTRO DE MAYORES REYES
HUERTAS DE MÉRIDA (TELÉFONO 924009842) PARA EL CURSO 2023/2024.**

- Plazo de preinscripción: Del 11 al 15 de septiembre, ambos inclusive, excepto actividades que se organicen o concedan al centro con posterioridad a esa fecha (talleres Caixa, excursiones, charlas... etc.) cuya inscripción se publicitará en el momento de su concesión u organización.
- Esta programación es provisional. Los talleres, horarios y fechas pueden sufrir modificaciones.
- En talleres donde haya lista de espera las personas inscritas que acumulen más de 4 faltas de asistencia en 2 meses, sea cual sea la causa, podrán causar baja y se asignará esa plaza a otra persona.

DATOS DE IDENTIFICACIÓN DEL SOCIO/A SOLICITANTE.

NÚMERO DE SOCIO/A: _____ D.N.I.: _____

NOMBRE Y DOS APELLIDOS: _____

TELÉFONO 1 (MÓVIL): _____ TELÉFONO 2: _____

- Ajedrez como entrenamiento cognitivo: Lunes de 11:30h a 13:00h (Inicio 18/09/2023)
- Encaje de Bruselas: lunes de 11h. a 13h. (Inicio 02/10/2023)
- Taller de Memoria grupo A: martes y jueves de 10h. a 10:55h. (Inicio 03/10/2023)
- Taller de Memoria grupo B: martes y jueves de 11h. a 11:55h. (Inicio 03/10/2023)
- Técnicas de Relajación y Respiración grupo1: miércoles 10:45h a 11:40h. (Inicio 4/10/23)
- Técnicas de Relajación y Respiración grupo2: miércoles 11:45h a 12:40h (Inicio 4/10/23)
- Taller de Encuadernación y restauración de libros: martes y jueves de 17h. a 19h. (19/09/2023)
- Taller de Encaje de Bolillos: martes y jueves de 17h. a 19h. (Inicio 19/09/2023)
- Taller de Pintura grupo A: lunes de 17:30h. a 19:30h. (Inicio 18/09/2023)
- Taller de Pintura grupo B: viernes de 17:30h a 19:30h. (Inicio 22/09/2023)
- Taller de Pintura grupo C: miércoles de 11h a 12:30h (Inicio 20/09/2023)
- Bailes de salón Tardes, Grupo Iniciación: martes y jueves de 17:30h. a 18:30h. (Inicio 19/09/23)
- Bailes de salón Tardes, Grupo Avanzado: martes y jueves de 18:30h. a 19:30h. (Inicio 19/09/23)
- Taller de Lectura: martes de 17:00h. a 18:30h. (Inicio 26/09/2023)
- Taller de Cultura general: miércoles de 16:30h. a 18:00h. (Inicio 4/10/2023)
- Taller de Teatro: miércoles de 18:00h. a 19:30h. (Inicio 20/09/2023)
- Taller de Petanca: jueves de 16:30h. a 18h. (Inicio 5/10/2023)
- Taller de Apoyo Psicológico-SEPAD. Grupo1: lunes de 17h. a 18h. (Inicio 02/10/23)
- Taller de Apoyo Psicológico-SEPAD. Grupo2: lunes de 18h. a 19h. (Inicio 02/10/23)
- Taller de Bailes de salón-SEPAD: martes y jueves de 12h. a 13h. (Inicio 26/09/23)
- Taller de Musicoterapia-SEPAD Grupo A: lunes de 11h. a 12h. (Inicio 25/09/23)
- Taller de Musicoterapia-SEPAD Grupo B: lunes de 12h. a 13h. (Inicio 25/09/23)
- Taller de Pilates-SEPAD: martes y jueves de 10:30h. a 11:30h. (Inicio 26/09/23)
- Taller de Habilitación Funcional-SEPAD: lunes de 10:00h a 11:00h y viernes de 11:30h a 13h. (Inicio 25/09/23)

TALLERES SES-SEPAD: No hay nuevos grupos: continúan las personas del curso anterior.

- El ejercicio te cuida. Grupo A: Lunes-viernes de 10:30h a 11:30h+miércoles de 13h a 14h
- El ejercicio te cuida. Grupo B: Lunes-viernes de 11:30h a 12:30h+martes de 13h a 14h.

TALLERES DEL CONVENIO SEPAD/FUNDACIÓN CAIXA para el último trimestre de 2023

- Amigos lectores: martes de 17:00h. a 18:30h. (mismo grupo que el taller de lectura)
- Despertar con una sonrisa: martes de 17:00h. a 18:30h. (Del 21/11 al 12/12)
- Vivir en positivo: jueves de 17:00h. a 18:30h. (Del 21/09 al 21/12)
- Taller Whatsapp/Videollamadas: martes y jueves de 18:30h a 20:00h. (De 26/09 al 24/10)
- Haz trámites por internet: martes y jueves de 18:30h a 20:00h (Del 26/10 al 07/12)
- Prepara tu salida (internet): martes y jueves de 11:45h a 12:45h (Del 03/10 al 07/11)
- En Forma-1 (tipo pilates): lunes y miércoles de 9:30h. a 10:30h. (Del 25/09 al 20/11)
- En Forma-2 (tipo pilates): martes y jueves de 9:30h. a 10:30h. (Del 26/09 al 21/11)

TALLERES de NUEVAS TECNOLOGÍAS IMPARTIDOS POR VOLUNTARIOS (programa provisional)

- Iniciación a la informática: Lunes y miércoles de 17:30h a 19h (Del 02/10 al 30/10)
- Imágenes para recordar (Power Point, Canva...): (noviembre, fecha por determinar)

ACTIVIDADES DEL MUSEO Y CONSORCIO

- Programa de Visitas a Espacios Monumentales, organizado desde el Consorcio de la Ciudad Histórico-artística y arqueológica de Mérida y los Eméritos del Patrimonio (fechas sujetas a modificación. Se requiere inscripción previa a cada una):
 - 03/10/2023 a las 19:30h: Visita Castellum y Acueducto de los Milagros (nocturna)
 - 19/10/2023 a las 10:30h: Visita a la Basílica de Casa Herrera (se informará inscripción bus)
 - 09/11/2023 a las 10:30h: Visita a Pozos de Nieve y Termas de Reyes Huertas.
 - 14/12/2023 a las 10:30h: Visita a la Cripta de Santa Eulalia.

ACTIVIDADES DEL CENTRO CON MOTIVO DEL DÍA INTERNACIONAL DEL MAYOR:

- Inauguración del curso, presentación de actividades, charla sobre la celebración del Año Jubilar Eulaliense ...: (finales de septiembre, fechas y horas por determinar)
- Excursiones: Se realizarán dos excursiones, una corta (posiblemente para el 4 de octubre) y otra larga de varios días. Informaremos de destinos y formas de inscripción en los próximos días

Actividades del mes del mayor organizadas por el AYUNTAMIENTO y centros de mayores

- Acto institucional del Día del Mayor: viernes 29/09 a las 10:30h. en el Centro Cultural Alcazaba (Calle John Lennon): actuaciones musicales, teatro a cargo del Centro de Reyes Huertas y lectura de manifiesto con motivo del Día Internacional de los Mayores.
- Representación de la obra a cargo del grupo de teatro del Centro de Mayores de Calvario, jueves 05/10 a las 18h en el Centro Cultural Alcazaba.
- Encuentro saludable Mayores y Salud: martes 10 de octubre, Parque de las 7 Sillas: Pilates, baile, estiramientos.... (Hora y lugar de salida por determinar)
- Charla-coloquio "La erótica del Otoño: afrontar los cambios en la etapa madura", a cargo de la psicóloga Ana Yáñez, Instituto de sexología de Extremadura, martes 17 de octubre (Hora y lugar por determinar)
- Comida y fiesta de Convivencia de todos los Centros de mayores de Mérida viernes 27 de octubre (se informará de la forma de inscripción, hora y lugar)