

# Aula de la 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

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 jubilación.

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 2020/2021

(reducción del aforo del 50%)

#### ACTIVIDADES DEPORTIVAS:

- **TAICHI:** 60 PLAZAS ( 6 GRUPOS)
- **YOGA:** 40 PLAZAS (4 GRUPOS)
- **G. MANTENIMIENTO:** 30 PLAZAS (3 GRUPOS)
- **PILATES:** 30 PLAZAS (3 GRUPOS)

#### ACTIVIDADES CULTURALES:

- **PINTURA:** 72 PLAZAS (6 GRUPOS)
- **CERÁMICA:** 10 PLAZAS (1 GRUPO)
- **ARTESANÍA:** 10 PLAZAS (1 GRUPO)
- **RESTAURACIÓN:** 15 PLAZAS (2 GRUPOS)
- **INGLES PARA VIAJEROS:** 26 PLAZAS (2 GRUPOS)

#### ACTIVIDADES DE DESARROLLO PERSONAL:

- **DESARROLLO PERSONAL (MEMORIA, GIMNASIA MENTAL, RISOTERAPIA):** 78 PLAZAS (6 GRUPOS)

#### ACTIVIDADES DE INTEGRACIÓN SOCIAL:

- **NUEVAS TECNOLOGÍAS:** 110 PLAZAS (2 GRUPOS INICIACIÓN, 6 INTERNET, 3 FOTO DIGITAL).
- **COCINA Y LABORES DOMESTICAS PARA HOMBRES:** 26 PLAZAS (2 GRUPOS).
- **MANEJO DE MÓVIL, TABLET:** 40 PLAZAS (4 GRUPOS, FUNCIONARAN DE FORMA CUATRIMESTRAL).
- **MÚSICA:** 25 PLAZAS
- **TEATRO:** 12 PLAZAS

#### OTRAS ACTIVIDADES:

- **FIESTAS:** SE SUSPENDE LA ACTIVIDAD
- **EXCURSIONES:** SE SUSPENDE LA ACTIVIDAD
- **VISITAS CULTURALES:** SE SUSPENDE LA ACTIVIDAD
- **CHARLAS Y CONFERENCIAS:** HASTA COMPLETAR AFORO. (25 PLAZAS)

### 1.1. Plazo de preinscripción y matrícula:

Del 21 de septiembre al 4 de octubre por internet: <http://aulas.soria.es>

**Identificador:** nº tarjeta ciudadana

**Contraseña:** fecha de nacimiento (separada por barras ej. 01/01/2020)

TELEFÓNICAMENTE: 975 23 34 16 / 975 23 19 03 / 607 30 95 83 / 607 30 94 16.

El 5 de octubre se realizará el sorteo, que será publicado en la web del ayuntamiento y a partir del día 5 de octubre se procederá al abono de la matrícula y el taller vía telemática.

MEDIDAS DE SEGURIDAD:

\* Todas las clases se iniciarán a las cinco y terminarán a las seis para que se pueda desinfectar el aula.

\* Durante los periodos de actividad se desinfectarán todas las zonas comunes.

\* Los alumnos deberán utilizar el gel hidroalcohólico a la entrada y salida de cada clase.

\* Nadie podrá entrar al centro antes de su hora de clase.

\* Todo el mundo llevará mascarilla que se utilizará en todas las actividades.

\* **LOS ALUMNOS QUE REALICEN ACTIVIDADES DEPORTIVAS DEBERAN TRAERSE SU PROPIA ESTERILLA.**

### 1.2. 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.
- ✓ **Cada alumno podrá matricularse como máximo en UNA ACTIVIDAD.**

### 1.3. Inauguración:

13 de octubre de 2020

**NOTA: ES NECESARIO ESTAR EN POSESIÓN DE LA TARJETA CIUDADANA PARA MATRICULARSE. EL AYUNTAMIENTO SE RESERVA EL DERECHO DE MODIFICAR HORARIOS, GRUPOS Y ACTIVIDADES POR CUESTIONES DE ORGANIZACIÓN.**

# Horario Aula curso 2020-2021

## Mañanas

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
10-11	YOGA 1 TAICHI 1 INICIACIÓN 1 COCINA 1	PILATES 1 TAICHI 2 INTERNET 5 COCINA 2	YOGA 1 TAICHI 1 INICIACION 1	PILATES 1 TAICHI 2 INTERNET 5
11-12	PINTURA 1 TAICHI 3 INTERNET 1 COCINA 1 MEMORIA 2	COCINA 2 PINTURA 2 PILATES 2 RESTAURACIÓN 1 INICIACION 2 TAICHI 5 INGLÉS PARA VIAJEROS INICIACIÓN (de 11 a 12,30)	PINTURA 1 TAICHI 3 INTERNET 1 MEMORIA 2 INGLÉS PARA VIAJEROS MEDIO (de 11 a 12,30)	PINTURA 2 PILATES 2 RESTAURACIÓN 1 INICIACION 2 TAICHI 5
12-13	YOGA 2 TAICHI 4 INTERNET 2	YOGA 3 GIMNASIA 1 MEMORIA 1 RESTAURACIÓN 2 MÓVIL 1 (de octubre a enero) MÓVIL 3 (de febrero a mayo)	YOGA 2 TAICHI 4 INTERNET 2	YOGA 3 GIMNASIA 1 MEMORIA 1 RESTAURACIÓN 2 MÓVIL 1 (de octubre a enero) MÓVIL 3 (de febrero a mayo)
13-14	GIMNASIA 2 INTERNET 3	FOTOGRAFÍA DIGITAL 1	GIMNASIA 2 INTERNET 3	FOTOGRAFÍA DIGITAL 1

## Tardes

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
17-18	PINTURA 3 PILATES 3 MEMORIA 3 MÓVIL 2 (de octubre a enero) MÓVIL 4 (de febrero a mayo) CERÁMICA	PINTURA 4 INICIACIÓN TAICHI 6 MEMORIA 5 FOTOGRAFÍA DIGITAL 3	PINTURA 3 PILATES 3 MEMORIA 3 MÓVIL 2 (de octubre a enero) MÓVIL 4 (de febrero a mayo) CERÁMICA	PINTURA 4 INICIACIÓN TAICHI 6 MEMORIA 5 FOTOGRAFÍA DIGITAL 3
18-19	PINTURA 5 ARTESANÍA GIMNASIA 3 MEMORIA 4 INTERNET 4 MÚSICA	PINTURA 6 MEMORIA 6 INTERNET 6 TEATRO	PINTURA 5 ARTESANÍA GIMNASIA 3 MEMORIA 4 INTERNET 4 MÚSICA	PINTURA 6 MEMORIA 6 INTERNET 6 TEATRO
19-20	MÚSICA FOTOGRAFÍA DIGITAL 2	TEATRO YOGA 4	MÚSICA FOTOGRAFÍA DIGITAL 2	TEATRO YOGA 4



## Aula de la Tercera Edad

# Curso 2020-2021



# Aula de la Tercera Edad

del Excmo.  
Ayuntamiento  
de Soria