



CONCEJALÍA DE ACCIÓN SOCIAL  
----- ÁREA DEL MAYOR -----

D.N.I.: \_\_\_\_\_  
Apellidos \_\_\_\_\_,  
Nombre \_\_\_\_\_, F.Nacimiento: \_\_\_\_\_  
Teléfono \_\_\_\_\_, Domicilio: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ C.P. \_\_\_\_\_, de Ciudad Real.

**\*Las actividades máximas a solicitar son 2. (Natación, Gimnasia y Yoga)  
\*Establecer orden de preferencia (1ª o 2ª)**

**NATACIÓN : POLIDEPORTIVO REY JUAN CARLOS**

LUNES Y MIERCOLES DE 11:00 A 12:00H
MARTES Y JUEVES DE 11:00 A 12:00H
MIÉRCOLES Y VIERNES de 10.00 a 11.00

**NATACIÓN : PISCINA SANTA MARÍA**

LUNES Y MIERCOLES DE 11:00 A 12:00H
MARTES Y JUEVES DE 11:00 A 12:00H

**GIMNASIA: PABELLÓN PRINCIPE FELIPE**

LUNES Y MIERCOLES DE 10:00 A 11:00H
-------------------------------------

**GIMNASIA: PABELLÓN PUERTA SANTA MARÍA**

MARTES Y JUEVES DE 10:00 A 11:00H
-----------------------------------

**YOGA. CENTRO SOCIAL DE PIO XII**

LUNES Y MIERCOLES DE 10:00 A 11:00H
LUNES Y JUEVES DE 11:00 -12:00
MARTES Y JUEVES DE 10:00 A 11:00H

## ZARZUELA: CONCEJALÍA (CENTRO VERDE)

LUNES DE 17:00 A 19:00
------------------------

### INFORMÁTICA:

#### **LUGAR: CENTRO SOCIAL LA GRANJA**

##### **BÁSICO**

LUNES Y MIERCOLES DE 10:00 A 11:00H
LUNES Y MIERCOLES DE 11.30 A 13.00 H

##### **AVANZADO**

MARTES Y JUEVES DE 10:00 A 11:00H
MARTES Y JUEVES DE 11:30 A 13:00H

##### **INTERNET**

VIERNES DE 10 :00 A 12.00
VIERNES DE 11.30 A 13.00

#### **LUGAR: CENTRO SOCIAL LOS ÁNGELES**

##### **BÁSICO**

LUNES Y MIERCOLES DE 10:00 A 11:00H
LUNES Y MIERCOLES DE 11.30 A 13.00 H

##### **AVANZADO**

MARTES Y JUEVES DE 10:00 A 11:00H
MARTES Y JUEVES DE 11:30 A 13:00H

##### **INTERNET**

VIERNES DE 10 :00 A 12.00
VIERNES DE 11.30 A 13.00

#### ❖ **EDUCACIÓN DE ADULTOS (HORARIO DE MAÑANAS POR DETERMINAR)**

**SEMINARIOS** Por favor indique por orden de preferencia los temas en los que este interesado para realizar seminarios.

- Temas de interés jurídico para mayores
- Mayores y Seguridad Vial
- Voluntariado en mayores
- Sueño y descanso en la edad adulta
- Mantener la mente en forma
- Estrategias para vivir mejor en la edad adulta.
- La alimentación en los mayores.
- OTROS \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

**PARTICIPANTES: JUBILADOS, MAYORES DE 60 AÑOS, EMPADRONADOS EN CIUDAD REAL**