

Programa de "Aulas de Mayores"



CURSO 2022 - 2023

Programa del módulo de
actividades artísticas y creativas,
módulo de ciencias y humanidades,
módulo de desarrollo psicomotriz y
módulo de extensión cultural.

El Centro para Mayores Columbretes es un espacio de encuentro que permite promover y fomentar el envejecimiento activo y constructivo, el desarrollo personal, las relaciones sociales, la dinamización, participación y acción comunitaria a través de diferentes programas de actividades.

El Programa de "Aulas de Mayores" es un programa integral, que engloba una amplia gama de actividades educativas y socioculturales para la promoción personal y el cuidado de la salud.

Destinatarios/as: personas mayores de 60 años empadronadas en el municipio de Castellón, y excepciones.

Cuota: Las actividades estarán sujetas al abono del precio establecido en la Ordenanza de precios públicos del Área de Servicios a la Ciudadanía.

Periodo lectivo: del 15 de octubre al 15 de diciembre y del 15 de enero al 31 de mayo. (Se seguirá el calendario por curso escolar publicado por la Consellería de Educación, Cultura y Deporte).

Periodo de matriculación:

Reparto de boletos

5-8 septiembre

Sorteo

9 septiembre

Matriculación

19-30 septiembre

Información:

Oficina de la Gente Mayor
Ayuntamiento de Castellón
Tel. 683474785 // 964355100

Centro de Mayores Columbretes
Plaza Illes Columbretes s/n
centrocolumbretes@gmail.com
Tel. 964209497 // 964209492

Web: www.centrocolumbretes.com



Centro Columbretes



@CColumbretes



@centrocolumbretescs

El Centre per a Majors Columbrets és un espai de trobada que permet promoure i fomentar l'envelliment actiu i constructiu, el desenvolupament personal, les relacions socials, la dinamització, participació i acció comunitària a través de diferents programes d'activitats.

El Programa de "Aules de Majors" és un programa integral, que engloba una àmplia gamma d'activitats educatives i socioculturals per a la promoció personal i l'atenció de la salut.

Destinataris: persones majors de 60 anys empadronades en el municipi de Castelló, i excepcions.

Quota: Les activitats estaran subjectes a l'abonament del preu establert en l'Ordenança de preus públics de l'Àrea de Servicis a la Ciutadania

Període lectiu: del 15 d'octubre al 15 de desembre i del 15 de gener al 31 de maig. (Es seguirà el calendari per curs escolar publicat per la Conselleria d'Educació, Cultura i Esport).

Període de matriculació:

Repartiment de billets

5-8 setembre

Sorteig

9 setembre

Matriculació

19-30 setembre

Informació:

Oficina de la Gent Gran
Ajuntament de Castelló
Tel. 683474785 // 964355100

Centre de Majors Columbretes
Plaça Illes Columbretes s/n
centrocolumbretes@gmail.com
Tel. 964209497 // 964209492

Web: www.centrocolumbretes.com



Centro Columbretes



@CColumbretes



@centrocolumbretescs

CURSO 2022- 2023

PROGRAMA DE AULAS DE MAYORES

MÓDULOS	PROGRAMA DE ACTIVIDADES	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
Módulo Artístico -Creativa	Modelado de barro		9:30-11:30 (A) 11:30-13:30 (B)		10:30-12:30 (C)	
	Pintura al óleo			9:30-11:30		
	Bordados y vainicas tradicionales				16:00-18:00	
	Esmalte al fuego	9:30-11:30				
	Cerámica					9:30-11:30 (A) 11:30-13:30 (B)
	Pintura sobre tela		9:30-11:30			
Módulo de Ciencias y Humanidades	Curso básico TIC	9:30-11.30 (A)		9:00-11:00 (B)		
	Curso avanzado TIC	11:30-13:30 (C)		11:00-13:00 (D)	9:30-11.30 (E) 11:30-13:30 (F)	
	Inglés básico					11.30-13:00 (A)
	Inglés medio				9:15-10:45 (B)	
	Historia del arte (Menador)	9:30-11:00				
	Estimulación cognitiva		9:30-11:30 (A) 11:30-13:30 (B)			9:30-11:30 (C) 11:30-13:30 (D)
	Literatura			10:00-11:30		
	Canto Coral		16:00-17:30 (A)		16:00-17:30 (A)	
	Teatro	11:30-13:30 (A)	11:30-13:30 (A)			
Módulo de Desarrollo Psicomotriz	Pilates	9:15-10:15 (A) 15:30-16:45 (D)	9:15-10:15 (B) 17:15-18:15 (E)	9:15-10:15 (A) 15:30-16:45 (D)*	10-11:30(C)* 17:15-18:15 (E)	9:15-10:15 (B)
	Educación para la salud	10:15-11:15 (A) 11:15-12:15(B)	18:30-19:30 (C)	10:15-11:15 (A) 11:15-12:15 (B)	18:30-19:30 (C)	
	Gimnasia rehabilitadora		15:15-16:45 (A)		15:15-16:45 (A)	
	Técnicas de relajación		11:15-12:15 (A)	18:00-19:00 (C)	9:00-10:00 (B)	15:30-16:30 (D) 16:30-17:30 (E) 17:30-18:30 (F)
	Yoga		12:15-13:45 (A)			12:15-13:45 (B)
	Tonificación y estiramientos	12:15-13:15 (A) 17:00-18:00 (C)	10:15-11:15 (B)	17:00-18:00 (C)		11:15-12:15 (A) 10:15-11:15 (B)
	Bailes de Salón	18:00-19:00 (A)		12:15-13:15 (B)	11:30-12:30 (C) 12:30-13:30 (D)	
Módulo de Extensión Cultural	Actividades de carácter cultural y esporádico (seminarios, charlas, talleres, conferencias...). Consulte programación en el Centro para Mayores Columbretes y accesos de información.					