

# PROGRAMA DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO PARA PERSONAS MAYORES\_2025



Ayuntamiento de Salamanca  
Concejalía de Mayores

## CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES TRASTORMES



### CURSOS FORMATIVO OCUPACIONALES Y ACTIVIDADES DE EJERCICIO FÍSICO

**INSCRIPCIONES DESDE EL 12 AL 25 DE MARZO DE 2025**

## 01 ACTIVIDADES DE EJERCICIO FÍSICO

- gimnasia de mantenimiento
- psicomotricidad
- yoga
- taichi

## 02 CURSOS FORMATIVO OCUPACIONALES

- activa la mente
- arte manual
- bailes
- bricolaje
- encuadernación y carpentería
- inglés
- pintura
- tradiciones y folklore

**Todas las actividades/cursos se desarrollarán desde el 21 de abril al 19 de diciembre de 2025 en el C.M.M.Trastormes**

- Solicitud e inscripciones en el propio Centro de Mayores Trastormes

### Condiciones generales para la participación:

- Personas empadronadas en Salamanca, con 60 años o más, que sean pensionistas o estén en situación de desempleo.

### Solicitud e inscripción

- Entregar copia del DNI junto a la inscripción.
- Se podrá optar a un máximo de 3 actividades: dos formativo ocupacionales (bloque 2) y una actividad de ejercicio físico (bloque 1)
- La adjudicación de plazas y horarios se realizará por sorteo.

### Publicación de plazas:

- Las listas de admitidos y reservas se publicarán tras el sorteo, en el Centro de Mayores, a partir del 8 de abril de 2025.

### Distribución de actividades, grupos y horarios:

La distribución de los cursos y actividades, grupos y horarios publicados en el folleto del Programa son orientativos, pudiendo sufrir modificaciones, alteraciones o rectificaciones, por motivos de mejora del servicio.

## CURSOS FORMATIVO OCUPACIONALES Y ACTIVIDADES DE EJERCICIO FÍSICO \_2025

### INFORMACIÓN

EN LA CONSERJERÍA DE LOS CENTROS MUNICIPALES DE MAYORES:

TIERRA CHARRA\_ Avda. de Los Cedros, 45\_C.P. 37004\_Tlfno. 923- 242807

JUAN DE LA FUENTE\_ C/ Juan de la Fuente, 1\_C.P. 37001\_Tlfno. 923- 214012

TRASTORMES\_Paseo César de la Riva con Francisco Maldonado\_C.P. 37008\_Tlfno. 923-277803