

**SERVICIO DE FORMACIÓN SÉNIOR.
CONCEJALÍA DE PERSONAS MAYORES.
AJUNTAMENT DE MISLATA.**

INSCRIPCIÓN E INFORMACIÓN

Horario de atención:

de octubre a junio, de lunes a viernes en horario de tardes, de 16h a 20h, en el centro de actividades sénior Maestro Palau (entrada Racó Riu Palància).

(En septiembre horario de mañanas de 9h a 13h)

Teléfono: 674 275 440

Correo electrónico: mayores@mislata.es

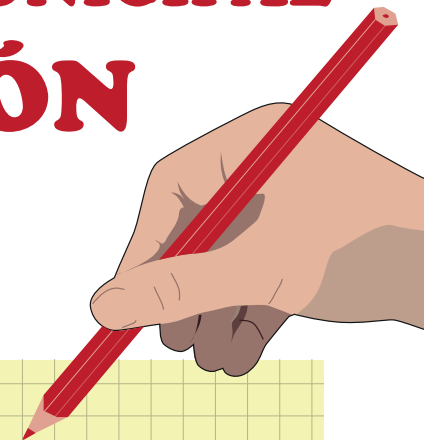
Centros y direcciones:

- Centro de Actividades Sénior.
C/ Maestro Palau, 15. Mislata.
- Espacio municipal sénior El Quint.
Plaça del País Valencià, 3. Mislata.
- Espacio municipal sénior El Sur.
Avda/ del Sur, 12. Mislata.
- Espacio municipal sénior La Fàbrica.
C/ Felipe Bellver, 43. Mislata.



**Ajuntament
de Mislata**

PROGRAMA MUNICIPAL FORMACIÓN SÉNIOR



- ✓ **AULA UNIVERSITARIA SÉNIOR**
- ✓ **PUNTO DE FORMACIÓN DIGITAL**
- ✓ **CINEFÓRUM**
- ✓ **MANTENIMIENTO FÍSICO**
- ✓ **MENTE ACTIVA**
- ✓ **DIBUJO Y PINTURA AL ÓLEO**
- ✓ **ARTES PLÁSTICAS**



**Ajuntament
de Mislata**

**CONCEJALÍA DE PERSONAS MAYORES.
AJUNTAMENT DE MISLATA.
SERVICIO DE FORMACIÓN SÉNIOR.**

PROGRAMACIÓN



Ajuntament
de Mislata

CONCEJALÍA DE PERSONAS MAYORES.
AJUNTAMENT DE MISLATA.
SERVICIO DE FORMACIÓN SÉNIOR.

AULA UNIVERSITARIA SÉNIOR

Espacio municipal sénior La Fábrica. Espacio Experiencia.

- Lunes de 16.15 -17.45h. - Aula Universitaria grupo 1
- Lunes de 18 - 19.30h. - Aula Universitaria grupo 2

PUNTO DE FORMACIÓN DIGITAL

Espacio municipal sénior La Fábrica. Espacio multimedia.

- Miércoles 16.30-19.30h. (2 o 3 grupos)

CINEFÓRUM SÉNIOR

Consultar programación y proyecciones en horario de atención.

- Último martes de mes 16.30-19.30h.

MANTENIMIENTO FÍSICO

Centro de Actividades Sénior. Salón de Actos.

- Lunes 9.15-10.30h. - Mant. físico grupo 1
- Lunes 10.45-12h. - Mant. físico grupo 2
- Lunes 12.15-13.30h. - Mant. físico grupo 3
- Miércoles 9.15-10.30h. - Mant. físico grupo 4
- Miércoles 10.45-12h. - Mant. físico grupo 5
- Miércoles 12.15-13.30h. - Mant. físico grupo 6
- Jueves 9.15-10.30h. - Mant. físico grupo 7
- Jueves 10.45-12h. - Mant. físico grupo 8
- Jueves 12.15-13.30h. - Mant. físico grupo 9
- Viernes 9.15-10.30h. - Mant. físico grupo 10
- Viernes 10.45-12h. - Mant. físico grupo 11
- Viernes 12.15-13.30h. - Mant. físico grupo 12

Espacio municipal sénior El Quint.

- Martes 9.15- 10.40h.- Itinerario saludable: salida desde el centro de mayores El Quint.
Parque Canaleta, parques biosaludables de Mislata (manejo aparatos para mayores), o técnicas de relajación en aula si llueve.

Espacio municipal sénior La Fábrica. Espacio Experiencia.

- Martes 10.45-12h. - Mant. físico grupo 13
- Martes 12.15-13.30h. - Mant. físico grupo 14

Espacio municipal sénior El Sur. Sala 2.

- Miércoles 16.15h- 18h. - Mant. físico grupo 15
- Miércoles 18h- 19.30h. - Mant. físico grupo 16

MENTE ACTIVA

Espacio municipal sénior El Quint. Sala 2.

- Miércoles 9.30-11h. - Mente activa grupo 1
- Miércoles 11.30-13h.- Mente activa grupo 2

Centro de Actividades Sénior. Sala de actividades.

- Jueves 9.30-11h.- Mente activa grupo 3
- Jueves 11.30-13h.- Mente activa grupo 4

Espacio municipal sénior El Sur. Sala 2.

- Martes 9.30-11h.- Mente activa grupo 5
- Martes 11.30-13h.- Mente activa grupo 6

DIBUJO Y PINTURA AL ÓLEO

Espacio municipal sénior La Fábrica. Espacio Experiencia.

- Martes y miércoles 9.15-10.45h.- Dibujo y pintura al óleo grupo 1

Espacio municipal sénior El Quint.

- Martes y miércoles 11.30-13h.- Dibujo y pintura al óleo grupo 2

ARTES PLÁSTICAS

Espacio municipal sénior El Sur.

- Jueves 9.30-11h.- Grupo 1 - Creación artística / dibujo al natural
- Jueves 11.30-13h.- Grupo 2 - Creación artística / acuarela