



Más de 160 personas participan en la Escuela de Mayores de la Mancomunidad de La Vega

La Mancomunidad La Vega, que agrupa a los municipios de Algorfa, Redován, San Miguel de Salinas y Jacarilla, ha puesto en marcha el proyecto Escuela de Mayores, una iniciativa pensada para que las personas de la tercera edad se mantengan activas y vitales, y donde además de divertirse, puedan aprender cosas útiles para su vida diaria.

Durante una sesión a la semana, que se prolongará hasta mes de mayo, se llevarán a cabo una amplio paquete de talleres entre los que se incluyen los siguientes: Taller de prensa, donde los participantes harán su propia revista que se repartirá en los cuatro pueblos de la Mancomunidad; Taller de gimnasia mental, en el que se trabajará la memoria, la orientación y el lenguaje; Taller de habilidades de la vida diaria, donde aprenderán a manejar un móvil o leer una factura; Taller de salud, que tratará sobre cuestiones que tienen que ver con el bienestar de los mayores; Taller de autoestima, que ayudará dar y recibir afecto, a quererse mejor y más a sí mismos; Taller de Recuerdos, en el que se recuperarán historias y experiencias de vida; Taller de Risa, donde se utilizará la risa para relajarse y divertirse; Taller de animación a la lectura; y Taller de las artes, que será un espacio para el cine, la música, las exposiciones,.

Como complemento a la Escuela de Mayores, se ponen en marcha simultáneamente los talleres de mantenimiento físico, que en esta edición ha introducido una importante novedad a través de un taller que combina Gimnasia y Taichi.

Los talleres han tenido gran acogida por parte de los mayores en los cuatro municipios. De hecho, actualmente más 100 personas participan en el de Gimnasia y Taichi y unos 60 mayores están inscritos en talleres de la Escuela, con lo que se han superado considerablemente las expectativas de participación planteadas desde la Mancomunidad para ambas actividades.

Todos los interesados en inscribirse se pueden dirigir a los Servicios Sociales y/o directamente a los lugares de realización de los talleres según el siguiente calendario:

REDOVAN:

Escuela de mayores: Centro Social, los lunes de 9 a 10,30 horas

Gimnasia/taichi: Centro Social, los martes, jueves y viernes de 9,30 a 10,30 h.

ALGORFA:

Escuela de mayores: Salón Tercera Edad, los lunes de 11 a 12,30 horas

Gimnasia/taichi: Salón Tercera Edad, los martes y jueves de 11 a 12 horas.

SAN MIGUEL DE SALINAS:

Escuela de mayores: Centro Social, los martes de 16,30 a 18 horas

Gimnasia/taichi: Centro Social, los lunes y jueves de 17 a 18 horas.

JACARILLA:

Escuela de mayores: Centro Social, los lunes de 18,30 a 20 horas

Gimnasia/taichi: Centro Social, los lunes y jueves de 18,30 a 19,30 horas.

San Miguel, 23 de octubre de 2006

MANCOMUNIDAD LA VEGA

lavegamancomunidad@hotmail.com

tel.966755639

fax.966754213



More than 160 people participate in the School for Seniors of the Association/ Mancomunidad de La Vega

The Association Mancomunidad de la Vega, that groups to the municipalities of Algorfa, Redován, San Miguel of Salinas and Jacarilla, has placed in motion the project School of Greater, an initiative thought so that the people of the third age be maintained assets and vital, and where besides being entertained, they can learn useful things for their daily life.

During a session to the week, that will be prolonged until month of May, they will be carry out an extensive package of workshops among the ones that the following are included: Workshop of press, where the participants will do its own magazine that will be distributed in the four towns of the Association; Workshop of mental gymnastics, in which will work the memory, the orientation and the language; Workshop of abilities of the daily life, where they will learn to handle a mobile one or to read an invoice; Workshop of health, that will treat on questions that have to they do with the welfare of the greater; Workshop Of self-esteem, that will help to give and to receive affection, to be wanted better and more to itself; Workshop of Memories, in which they will recover histories and experiences of life; Workshop of Laughter, where the laughter will be utilized to be relaxed and to be entertained; Workshop of animation to the reading; and Workshop of the arts, that will be a space for the movies, the music, the expositions,.

As complement to the School of Greater, the workshops of physical maintenance are set in motion simultaneously, that in this edition has introduced an important news through a workshop that combines Gymnastics and Taichi.

The workshops have had great reception on the part of the greater in the four municipalities. In fact, at present more 100 people participate in that of Gymnastics and Taichi and some 60 greater are recorded in workshops of the School, with what the expectations of participation presented since the Association for both activities have been surpassed considerably.

All them interested in being recorded they can be directed to the Social Services and/or directly to the places of execution of the workshops according to the following calendar:

REDOVAN: School for Seniors: Social center, the Monday from 9 to 10,30 hours
Gymnastics/taichi: Social center, the Tuesday,
Thursday and Friday from 9,30 to 10,30 h.

ALGORFA: School for Seniors: Third parlor Age, the Monday from 11 to 12,30 hours
Gymnastics/taichi: Third parlor Age,
the Tuesday and Thursday from 11 to 12 hours.

SAN MIGUEL OF SALINAS: School for Seniors: Social center, the Tuesday from 16,30 to 18 hours
Gymnastics/taichi: Social center, the
Monday and Thursday from 17 to 18 hours.

JACARILLA: School for Seniors: Social center, the Monday from 18,30 to 20 hours
Gymnastics/taichi: Social
center, the Monday and Thursday from 18,30 to 19,30 hours.

San Miguel, 23 October 2006

MANCOMUNIDAD LA VEGA
lavegamancomunidad@hotmail.com
tel.966755639
fax.966754213