



## Solicitudes

Podrán recogerse en el Centro Municipal de Mayores “Tierra Charra”.

Junto a la solicitud deberán presentar fotocopia del CARNÉ MUNICIPAL DE MAYORES.

## Plazo y lugar de Solicitud

Del 6 al 20 de Noviembre de 2014 (ambos incluidos).

**Centro Municipal de Mayores Tierra Charra**

Avda. Los Cedros nº 45.

Tel. 923 24 28 07



## Adjudicación de Plazas y horarios

Mediante sorteo público que se realizará el 26 de Noviembre de 2014, a las 10:00 horas . En el Centro Municipal de Mayores Tierra Charra .



## Información

Centro Municipal de Mayores *Tierra Charra*

Avda. Los Cedros nº 45. Tel. 923 24 28 07

Centro Municipal de Mayores *Juan de la Fuente*

C/ Juan de la fuente s/n. Tel. 923 21 40 12



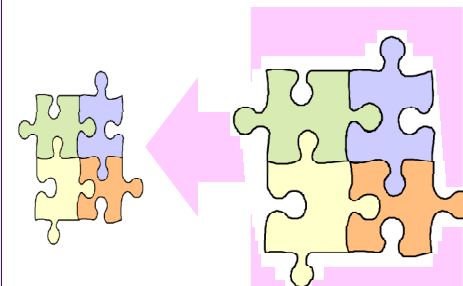
**Ayuntamiento de Salamanca**  
Concejalía de Mayores



**VNIVERSIDAD DE SALAMANCA**  
CAMPUS DE EXCELENCIA INTERNACIONAL



**TALLER DE TERAPIA OCUPACIONAL PARA MAYORES**



**CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES TIERRA CHARRA**



**Ayuntamiento de Salamanca**

La Concejalía de Mayores del Ayuntamiento de Salamanca en colaboración con la Universidad de Salamanca desarrolla un Programa de Terapia Ocupacional para personas mayores, con una finalidad preventiva.

## Objetivo

Mejorar las habilidades y capacidades de las personas mayores, a través de actividades cotidianas, lúdicas y de cuidado personal.

## Dirigido

Personas de 60 o más años empadronados en el municipio de Salamanca en posesión del carné municipal de mayores.

## Desarrollo

El Taller se desarrolla en **20 sesiones** de cincuenta minutos de duración que abordarán temas diferentes mediante la metodología de la Terapia Ocupacional.

En general las **áreas a trabajar** serán:

*Artritis y artrosis:* ejercicios para prevenirlas, economía articular y adaptaciones sencillas en el hogar.

*Estimulación cognitiva:* ejercicios para estimular y mantener nuestras capacidades cognitivas: memoria, atención, concentración, razonamiento.

*Control postural:* ejercicios y recomendaciones para mantener una alineación correcta de nuestro cuerpo en las actividades de la vida diaria.

Tendrá lugar en el Centro Municipal de Mayores **Tierra Charra**.

## Calendario y Horario

El Taller se desarrollará de **9,30 a 10,20 horas** los días señalados:  
**AÑO 2014**

DICIEMBRE				
L	M	M	J	V
	16		18	

**AÑO 2015**

ENERO				
L	M	M	J	V
	13		15	
	20		22	
	27		29	

FEBRERO				
L	M	M	J	V
	3		5	
	10		12	
	17		19	
	24		26	

MARZO				
L	M	M	J	V
	3		5	
	10		12	