COORDINACIÓN DEL PROGRAMA

- -D. Rafael Pineda Soria, psicólogo, sociólogo y gerontólogo
- -D. Alejandro Mola Martí, presidente de ACATEMA
- Dña. Cristina Rubio, Fundación de Geriatría y Gerontología

COMITÉ DE PARTICIPACIÓN

Para el desarrollo del programa se contará con la participación de las personas mayores inscritas en el mismo. Este comité participará en:

- Aplicación definitiva del programa
- Revisiones periódicas de su desarrollo
- Introducción de los cambios precisos

El comité estará constituido por cuatro vocales y cuatro comisiones de trabajo.

FICHA DE INSCRIPCIÓN

Nombre	DNI
Apellidos	
Dirección	
Población	
Provincia	C.P
Correo Electrónico	

Información e inscripciones:

C/ Alcalá 183, 1ª planta - 28009, Madrid Tel. 91 402 00 61 www.gerontologia.es

Todos los datos consignados en este documento son de carácter confidencial y autorizo a la Fundación de Geriatría y Gerontología, y a la Fundación Española de Estudios Sociales y Sanitarios al uso informatizado de los mismos y a ceder a terceros con la finalidad de ser incluido en la Oferta de Servicios diversos. En virtud de lo dispuesto en la Ley 15/1999 de 13 de Diciembre, tiene derecho a ejercer el derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición dirigiéndonos una carta por escrito. Ayúdenos a conservar nuestros datos actualizados y comuníquenos cualquier modificación que se produzca en sus datos personales. El interesado podrá ejercitar su derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición, enviándolos por carta a la C/Alcalá 183, 1º - 28009, Madrid solicitando la baia en este servicio.

Escuela de Promoción de la Autonomía Personal



ACATEMA

Aulas Culturales de la la

Vivir con calidad de vida e ilusión por lo que falta por hacer

PRESENTACIÓN

La Fundación de Geriatría y
Gerontología, con el
patrocinio de la Fundación
Española de Estudios Sociales
y Sanitarios y la colaboración
de ACATEMA, ha creado la
Escuela de Promoción y
Autonomía Personal. Esta
Escuela pretende responder a
las demandas y necesidades
de las personas mayores para
mantenerse activas y participativas mediante el ...



... PROGRAMA DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO

OBJETIVOS

- Prevenir la dependencia y promover la autonomía personal.
- Ofrecer actividades que estimulen las ganas de vivir, la relación social y la comunicación interpersonal, así como el acercamiento y manejo de las nuevas tecnologías.
- Propiciar la participación activa en familia, asociaciones, comunidad de vecinos, barrio, ciudad, vida política y social.

AREAS DE TRABAJO

Se abordarán todas las áreas y aspectos para vivir con calidad de vida: sanitaria, psicosocial, literariocultural, jurídica y de servicios. Todo ello mediante conferencias, charlas coloquio, talleres, concursos literarios, visitas a museos y viajes culturales. Cada una de las actvidades estará conducida por profesionales expertos en cada uno de los campos.

Enero



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
5	6	7	8
12	Internet 10:00 Francés 11:00 Relación abuelo - nieto 17:00	14	15
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00 Relación abuelo - nieto 17:00	21	22
Informática 11:00 Inglés 11:00 La necesaria adaptación a una sociedad en proceso de cambio 17:00h	Internet 10:00 Francés 11:00 Niños y adolescentes con problemas 17:00h	28	29

Leyenda		Área literaria (clases de 1hora/semana)
Área Idiomas (1hora / semana)		Talleres (90 minutos apróx.)
Área Nuevas Tecnologías (1hora/semana	a) (Charlas coloquio (90 minutos apróx.)

Febrero



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
Informática 11:00 Inglés 11:00 Prevención de las enfermedades cardiovasculares 17:00h	Internet 10:00 Francés 11:00 Manifestación de voluntades de las personas mayores (I) 17:00h	Taller de Memoria	5
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	Visita Museo Antropológico 11:00h	Charla Coloquio Antonio Machado 17:00
	Manifestación de voluntades de las personas mayores (II) 17:00h	Cambios a lo largo de la vida (I) 17:00	
Informática Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	Visita Museo de América 10:45h	19
	Cuestión de mujeres 17:00h	Taller de Memoria 17:00	
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	Visita Fundación Canal 11:00h	26
	Cuestión de mujeres 17:00h	Cambios a lo largo de la vida (II) 17:00	

Concurso Literario: queremos conocer tu historia. A lo largo del curso podras acudir a nuestro taller de la pluma para aprender a redactar. A final de curso recogeremos todas las redacciones que se presenten a concurso con un límite máximo de 5 folios escritos a ordenador sobre el tema: "Una vivencia de su pasado".



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
Informática 11:00 Inglés 11:00 Prevención de las enfermedades cardiovasculares I 17:00h	Internet 10:00 Francés 11:00	Visita Museo de la ciudad 11:00h Taller de Memoria 17:00	5
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	Visita Museo Sorolla 11:00h	Charla - Coloquio Miguel Hernández 11:00
	Ley de la Dependencia 17:00h	Cambios a lo largo de la vida (III) 17:00h	
Informática Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	18	Charla - Coloquio Federico G. Lorca 11:00
Ley de la Dependencia 17:00h	Problemas en la relación de vecindad (I) 17:00	Taller de Memoria 17:00	
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	25	26
	Problemas en la relación de vecindad (I) 17:00	Taller de Relajación 17:00	
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00		

Abril



 L
 M
 X
 J
 V
 S
 D

 6
 7
 8
 9
 10
 11
 12

 13
 14
 15
 16
 17
 18
 19

 20
 21
 22
 23
 24
 25
 26

 27
 28
 29
 30

 25
 26

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
		1	2
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	8	9
Informática Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	Visita Museo del Traje 11:00h	16
Prevención y cuidado de las enfermedades cardiovasculares II 17:00h	Cuestión de mujeres 17:00h	Taller de Memoria 17:00	Academia de la pluma: aprende a redactar 17:00
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	22	23
La Soledad 17:00h	Cuestión de mujeres 17:00h	Taller de Memoria 17:00	Charla - coloquio SanJuan de la Cruz 11:00
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	29	30
La Depresión 17:00h		Taller de Relajación 17:00	Academia de la pluma: aprende a redactar 17:00



		GERONTOLO	25 26 27 28 29 30 31
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
Informática Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	Visita Templo Debod 11:00	Recital Poético 17:00
Salud bucodental 17:00h		Taller de Memoria 17:00	
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	Museo del Libro 12:30h	14
La ansiedad 17:00h	Cuestión de mujeres 17:00	Taller de Relajación 17:00	Academia de la pluma: aprende a redactar 17:00
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	Presentación Jardines de Madrid 11:00h	21
El sueño y sus transtornos 17:00h	Cuestión de mujeres 17:00h	Taller de Memoria 17:00	Academia de la pluma: aprende a redactar 17:00
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	Visita Jardín Botánico 11:00h	28
Renta Vitalicia 17:00h	Cuestión de mujeres 17:00h	Taller de Relajación 17:00	Academia de la pluma: aprende a redactar 17:00



Junio



L	М	Х	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
	16					
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
Informática Inglés 11:00 Prevención y cuidado de la diabetes 17:00	Internet 10:00 Francés 11:00 Cuestión de mujeres 17:00h	Jardines Sabatini y Campo del Moro 11:00h Taller de Memoria 17:00	Academia de la pluma: aprende a redactar 17:00
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	Parque de la Fuente del Berro 11:00h	Final del concurso de redacción 11:00
Cómo elegir residencia 17:00	Cuestión de mujeres 17:00h	Taller de Relajación 17:00	
Informática 11:00 Inglés 11:00	Internet 10:00 Francés 11:00	17	Publicación del ganador del concurso de redacción
Cuidados para el verano 17:00			de redaccion



Final del Concurso Literario:

El día 4 de Junio será el último para la entrega de los relatos. Las redacciones serán leídas por un acreditado jurado y se publicarán los resultados el día 18 de Junio en el tablón de anuncios de la C/ Alcalá 183, 1ª planta- 28009, Madrid.