

Solicitud en el Centro Municipal de Servicios Sociales.



**Podología:** vales para la reducción del coste de los servicios prestados en la clínica podológica del municipio. Sólo para mayores empadronados en Alpedrete que dispongan del carné de mayores. Este carné se solicita en el Centro de Servicios Sociales presentando 1 foto tamaño carné y fotocopia del DNI.



**Servicio de ayuda a domicilio:** atención y apoyo personal para la realización de las actividades diarias (por ejemplo, aseo personal) y la cobertura de las necesidades domésticas (por ejemplo, limpieza), con el objetivo de favorecer la permanencia en el domicilio de personas dependientes.



**Teleasistencia:** atención a través de un dispositivo conectado al teléfono que permite detectar situaciones de crisis de las personas dependientes y, en su caso, intervenir en ellas.



**Mejora de condiciones de habitabilidad:** ayudas económicas para mejorar las condiciones de habitabilidad de las viviendas con el fin de favorecer la permanencia en el domicilio de personas mayores o dependientes (eliminación de barreras arquitectónicas, de riesgo de accidentes, etc.).



**Salidas culturales:** Realización de excursiones mensuales (entre octubre y junio) en las que se recorrerán diversos lugares de interés próximos al municipio, a la vez que se potencian las relaciones interpersonales. Cada asistente debe abonar 1 € más el precio de las entradas (y la comida en las salidas de día completo).

Las salidas, de ida y vuelta en el día, se realizan los terceros martes de mes y el plazo de inscripción se abre 10 días antes (estas fechas pueden sufrir modificaciones).



**Otras actividades:** durante todo el año se programan diversas actividades con carácter puntual: conferencias, campeonatos de juegos de mesa, fiestas, etc.

## Centro Municipal de Servicios Sociales

Calle Pozo Nuevo, 6

Teléfono: 91 850 80 80 Fax: 91 857 04 14

alpedrete@mancomunidad-tham.org

www.mancomunidad-tham.es / www.ayto-alpedrete.org



**AYUNTAMIENTO  
ALPEDRETE**  
Concejalía de Familia y Servicios Sociales



La Suma de Todos  
COMUNIDAD DE MADRID  
www.madrid.org



MANCOMUNIDAD  
**THAM**  
DE SERVICIOS SOCIALES MUNICIPALES

2011/12



**AYUNTAMIENTO  
ALPEDRETE**  
Concejalía de Familia y Servicios Sociales



Prestaciones individuales

Actividades colectivas

Talleres - Prestaciones individuales - Actividades colectivas



Alpedrete



Actividades y Servicios para  
**Mayores**



La Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Alpedrete y la Mancomunidad de Servicios Sociales THAM ponen a disposición de todos los mayores del municipio una amplia oferta de servicios y actividades con la finalidad de mejorar su calidad de vida, favoreciendo sus relaciones sociales y previniendo el deterioro físico y cognitivo.

### Baile

Aprendizaje y práctica de distintos estilos de baile con los que, además de pasar un buen rato, se favorece el desarrollo de facultades físicas y sensoriales como la coordinación, agilidad, o expresión no verbal.



**Pueblo** Grupo 1 (salón): martes de 18:00 a 19:30  
Grupo 2 (español-sevillanas): jueves de 18:00 a 19:30

**Los Negrals** Grupo 1 (salón): martes de 18:30 a 20:00

### Manualidades

Aprendizaje de diferentes técnicas (bisutería, pintura en diferentes texturas, etc.) y desarrollo de habilidades manuales.

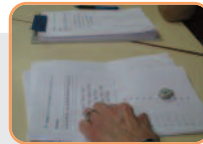


**Pueblo** Jueves de 16:00 a 18:00

**Los Negrals** Lunes de 10:00 a 12:00

### Memoria

Aprendizaje y práctica de diversas estrategias y ejercicios para mantener y mejorar la memoria, la atención y la agilidad mental.



**Pueblo** Grupo 1: martes de 10:30 a 11:30 (refuerzo)  
Grupo 2: miércoles de 11:45 a 12:45 (preventivo)  
Grupo 3: viernes de 12:30 a 13:30 (preventivo)

**Los Negrals** Grupo 1: miércoles de 10:00 a 11:30 (preventivo)

## Talleres

## Talleres

### Gimnasia

Realización de ejercicios físicos para mejorar la agilidad, coordinación, equilibrio, orientación espacial, y la movilidad en general.



**Pueblo** Grupo 1: lunes y jueves de 10:00 a 11:00  
Grupo 2: miércoles y viernes de 10:00 a 11:00  
Grupo 3: lunes y jueves de 11:00 a 12:00 (frágiles)

**Los Negrals** Grupo 1: martes y jueves de 16:15 a 17:15

## Normas

### Normas reguladoras de inscripción y participación en los talleres:

Podrán participar en los talleres las personas de 60 años o más años, jubiladas o pensionistas por invalidez, así como sus cónyuges y viudos/as. Tendrán preferencia los empadronados en el municipio.

El plazo de presentación de las solicitudes de inscripción será:

- Para los talleres realizados en el pueblo: del 13 al 23 de septiembre en el Centro Municipal de Servicios Sociales.
- Para los talleres realizados en los Negrals: el 14 de septiembre de 11:30 a 13:30 horas en el Hogar de los Negrals, y desde el 15 al 23 de septiembre de 09:00 a 14:00 horas en el Centro Municipal de Servicios Sociales.

Los listados de admitidos en cada taller se publicarán el 28 de septiembre en el tablón de anuncios.

Cada persona podrá entregar como máximo dos formularios de inscripción. Para inscribir a otra persona deberá presentarse autorización firmada.

Todos los participantes deberán cuidar y conservar las instalaciones y los materiales de uso común.

La falta de asistencia a los talleres durante 3 días consecutivos sin justificar dará lugar a la baja sin previa comunicación.