

*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE INFORMÁTICA BÁSICA Y
WORD
CLUB DE PENSIONISTAS "LAZARETO"
1ª SESIÓN 9 DE ABRIL
1.50*

FECHA: 9 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Comienza el taller de 8 sesiones, destinado a almn@as del Club de Pensionistas "Lazareto".

Durante el desarrollo del taller l@s alumn@as, recibirán conocimientos básicos de iniciación a la Informática y uso del programa de proceso de texto.



*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE “COMUNICACIÓN INTERNA”,
PARA LOS VOLUNTARIOS DEL
PROGRAMA MUNICIPAL “CONOCER A
TUS MAYORES”*

2ª SESIÓN - 10 DE ABRIL

1.51

FECHA: 10 de Abril de 2012.

HORA: de 10:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Salón de Actos de la AA.VV. Santa Ana

MONITOR: Pedro García Borrego (Técnico Responsable de Formación y Comunicación de la Delegación de Participación Ciudadana y Mayores)

DESARROLLO:

El taller constará de tres sesiones, cada sesión tendrá una duración de 3 horas.

Se comienza con la presentación de los participantes, a continuación el monitor formula la siguiente pregunta a los participantes:

¿Qué me gustaría como resultado final del taller?

Los participantes contestan:

- ✓ *Reforzar la unión, el apoyo y la ayuda entre todos.*
- ✓ *Conseguir Formulas de simplificar la comunicación con l@s alumn@s.*
- ✓ *Retomar parte de los objetivos iniciarles del Programa.*
- ✓ *Aprender a respetar los turnos de palabras de los compañeros.*
- ✓ *Ponernos de acuerdo en la delimitación de los contenidos del Programa.*
- ✓ *Reforzar los contenidos.*
- ✓ *Vencer la timidez a la hora de hablar en público.*
- ✓ *Evitar los temas políticos (Guerra Civil).*
- ✓ *Aprender a concretar.*
- ✓ *Aprender el lenguaje corporal (verbal y no verbal).*

A continuación se les formulan la siguiente pregunta:

¿Qué me aportar individualmente mi participación en el Programa?

Los participantes contestan:

- ✓ *Satisfacción personal, contento tramitiendo mis conocimientos a l@s alumn@as.*
- ✓ *La Relación con mis compañeros y con l@s alumn@s.*
- ✓ *Orgullo y satisfacción de transmitir lo que siento y mis vivencias.*
- ✓ *Aprender de los demás y satisfacción de compartir mis vivencias.*
- ✓ *Aprender y participar con mis compañeros. Satisfacción personal.*
- ✓ *Vivir la experiencia con mis compañeros. Satisfacción personal.*

- ✓ *La relación interpersonal, llenar mi tiempo en algo útil, satisfacción conmigo mismo.*
- ✓ *Mejorar mi calidad de vida, en las relaciones con mis compañeros y l@s alumn@s.*
- ✓ *Satisfacción personal, compartiendo mis vivencias con l@s alumn@s.*

El monitor realiza en conjunto un análisis de las respuestas, llegando a la conclusión de que todos están muy implicados en la buena marcha del programa, existiendo la preocupación e interés por la mejora del Programa.

Antes de aplicar la fórmula de mejoras para el desarrollo del Programa el próximo curso, se realiza una Dinámica de refuerzo del Grupo, cada uno escucha de sus compañeros:

*“(nombre) tú eres importante para el Programa
Conocer a tus Mayores porque”*

Para la mejora del Programa se parte desde dos puntos:

- ✓ *Que*
- ✓ *Como*

El grupo se divide en parejas con la siguiente tarea, contestar a las siguientes preguntas:

“Que debemos realizar para la mejora del Programa”

“Que no debemos realizar”

En la cuestión “Que debemos”, los grupos aportan las siguientes conclusiones:

- ✓ *Fomentar la Convivencia entre Alumn@s, basándonos en nuestras vivencias.*
- ✓ *Educación (no reglada) en cuanto a los valores.*
- ✓ *Animar a l@s alumn@s, sobre la importancia del estudio.*
- ✓ *Amenizar las sesiones con l@s alumn@s.*
- ✓ *Comparación de nuestra alimentación y vestuario (estilos de vida).*
- ✓ *Fomentar la convivencia con l@s alumn@s.*
- ✓ *Compartir las experiencias de nuestra vida (estilos de vida).*
- ✓ *Como era nuestro comportamiento en general (estilos de vida).*
- ✓ *Trasmitir el conocimiento del medio, como era Huelva (estilos de vida).*
- ✓ *Interactuar con l@s alumn@s (estilos de vida).*
- ✓ *Convivir todo lo posible con l@s alumn@s (estilos de vida).*
- ✓ *Transmitir los mensajes como pinceladas (estilos de vida).*
- ✓ *Inculcar como deberían dirigirse a las personas mayores y el diálogo con la familia, desde nuestras experiencias (valores).*

Llegados a este punto se da por finalizada la sesión, posponiendo la cuestión de “No debemos”, para la siguiente Sesión.





*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE INFORMÁTICA BÁSICA Y
WORD
CLUB DE PENSIONISTAS "LAZARETO"
3ª SESIÓN 10 DE ABRIL
1.52*

FECHA: 10 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Durante el desarrollo del taller l@s alumn@as, recibirán conocimientos básicos de iniciación a la Informática y uso del programa de proceso de texto.



*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE INFORMÁTICA BÁSICA Y
WORD*

CLUB DE PENSIONISTAS "LAZARETO"

4ª SESIÓN 11 DE ABRIL

1.53

FECHA: 11 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Durante el desarrollo del taller l@s alumn@as, recibirán conocimientos básicos de iniciación a la Informática y uso del programa de proceso de texto.



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
12 DE ABRIL SESIÓN 19 (1º GRUPO)*

1.54

FECHA: 12 de Abril de 2012.

HORA: de 9:00 horas a 10:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
12 DE ABRIL SESIÓN 20 (2º GRUPO)*

1.55

FECHA: 12 de Abril de 2012.

HORA: de 11:00 horas a 12:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE INFORMÁTICA BÁSICA Y
WORD
CLUB DE PENSIONISTAS “LAZARETO”
5ª SESIÓN 12 DE ABRIL
1.56*

FECHA: 11 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Durante el desarrollo del taller l@s alumn@as, recibirán conocimientos básicos de iniciación a la Informática y uso del programa de proceso de texto.



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
13 DE ABRIL SESIÓN 21 (3º GRUPO)*

1.57

FECHA: 13 de Abril de 2012.

HORA: de 12:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE INFORMÁTICA BÁSICA Y
WORD*

CLUB DE PENSIONISTAS "LAZARETO"

6ª SESIÓN 16 DE ABRIL

1.58

FECHA: 16 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Durante el desarrollo del taller l@s alumn@as, recibirán conocimientos básicos de iniciación a la Informática y uso del programa de proceso de texto.



*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE “COMUNICACIÓN INTERNA”,
PARA LOS VOLUNTARIOS DEL
PROGRAMA MUNICIPAL “CONOCER A
TUS MAYORES”*

7ª SESIÓN - 17 DE ABRIL

1.59

FECHA: 17 de Abril de 2012.

HORA: de 10:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Salón de Actos de la AA.VV. Santa Ana

MONITOR: Pedro García Borrego (Técnico Responsable de Formación y Comunicación de la Delegación de Participación Ciudadana y Mayores)

DESARROLLO:

Se comienza la sesión, en el punto que se dejó pendiente en la anterior. Los alumnos contestan a las siguientes preguntas:

¿Qué no queremos hacer en el Programa?

- Hablar de políticas*
- Hablar de la Guerra Civil Española.*
- Contradecirnos.*
- Polemizar entre nosotros.*
- Llevar tanto material*

- *Intervenciones largas*
- *Mostrar juegos peligrosos*

¿Para qué queremos hacerlo?

- *Comparen (alumn@s) las diferencias con la vida actual.*
- *Para que valoren (sepan valorar) lo que tiene hoy en lo referente a lo material.*
- *Comprendan la importancia del esfuerzo, la imaginación, la comunicación entre iguales.*
- *Para que conozcan que hay otras posibilidades/cosas distintas a las que ellos conocen.*
- *Para que sepan que la felicidad no depende de lo material.*
- *Para que sepan el valor de las cosas sencillas.*

Una vez contestadas las cuestiones anteriores, el grupo decide tomar para la actuación en los colegios el siguiente Objetivo:

“Transmitir nuestra experiencias de la vida, comparado lo antiguo con lo actual, en cuanto a los valores (el respeto, la responsabilidad, el estilo de vida, los juegos, aficiones, alimentación...), para que conozcan que hay otros modos de vida distintos a los que ellos conocen (en los que lo material no es más importante y la felicidad se encuentra en las cosas sencillas) y comprendan la importancia del esfuerzo, la imaginación y comunicación entre iguales”

Llegados a este punto, se finaliza la sesión.



*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE CONSUMO
“DECÁLOGO PARA ABARATAR LA CESTA
DE LA COMPRA”
AA.VV. VIRGEN DEL ROCÍO - ASOC. DE
MAYORES PUNTA DEL SEBO*

1.60

FECHA: 17 de Abril de 2012.

HORA: 11:00 horas

LUGAR: salón de Actos AA.VV. virgen del Rocío.

DESARROLLO: Interviene como monitora Rosa Pousada de la UCEH.

- 1. Los asistentes reciben información sobre los siguientes puntos a la hora de realizar una compra con ahorro:*
- 2. Ahorra no debe significar renunciar a la calidad, analizar en las etiquetas los detalles de los productos.*
- 3. Aprovechar las ofertas, siempre valorando antes de comprar, por ejemplo el 3X2 si verdaderamente los productos son necesarios.*
- 4. Fijarse en las cantidades que ofrecen los distintos productos.*

5. *En los productos no perecederos aprovechar las ofertas.*
6. *En los productos frescos, comprar los de temporada.*
7. *Comprar productos concentrados, permiten utilizar menos cantidad.*
8. *Pagar preferentemente en efectivo, evitando las tarjetas de créditos.*
9. *Planificar las compras, llevando una listas.*
10. *Llevar un control de los gastos realizados, para conocer los gastos generados.*





*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE INFORMÁTICA BÁSICA Y
WORD*

CLUB DE PENSIONISTAS "LAZARETO"

8ª SESIÓN 17 DE ABRIL

1.61

FECHA: 17 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Durante el desarrollo del taller l@s alumn@as, recibirán conocimientos básicos de iniciación a la Informática y uso del programa de proceso de texto.



*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE INFORMÁTICA BÁSICA Y
WORD*

CLUB DE PENSIONISTAS "LAZARETO"

9ª SESIÓN 18 DE ABRIL

1.62

FECHA: 18 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Durante el desarrollo del taller l@s alumn@as, recibirán conocimientos básicos de iniciación a la Informática y uso del programa de proceso de texto



PROGRAMA MUNICIPAL "RETAMA" (Red de Experiencias Transmitidas entre Asociaciones de Mayores Activo)

ASOC. DE MAYORES "LOS MOLINEROS"

1.63

FECHA: 18 de Abril de 2011.

HORA: 18:00 horas

LUGAR: Salón de Actos de la AA.VV. "Nuevo Molino"

DESARROLLO:

Se reúnen las juntas directivas de los colectivos de mayores del Consejo Local, para participar en el Programa Municipal "Retama" (Red de Experiencias Transmitidas entre Asociaciones de Mayores Activo).

Comienza D. José Casavázquez (Presidente de la Asoc. de Mayores "Los Molineros"), agradeciendo la asilencias a todos los presente, a continuación explica las actividades que se realizan de la Asociación de Mayores).

Dña. Juana Rodríguez (Presidenta de la Asoc. de Mujeres "Las Molineras"), expone las actividades que realiza su asociación y en las que colabora con las Asociación de Mayores.

Dña. María Teresa Pau (Presidenta de la AA.VV. “Nuevo Molino”), expone la historia de la AA.VV. las actividades que realiza y la colaboración con las asociaciones de mujeres y mayores.

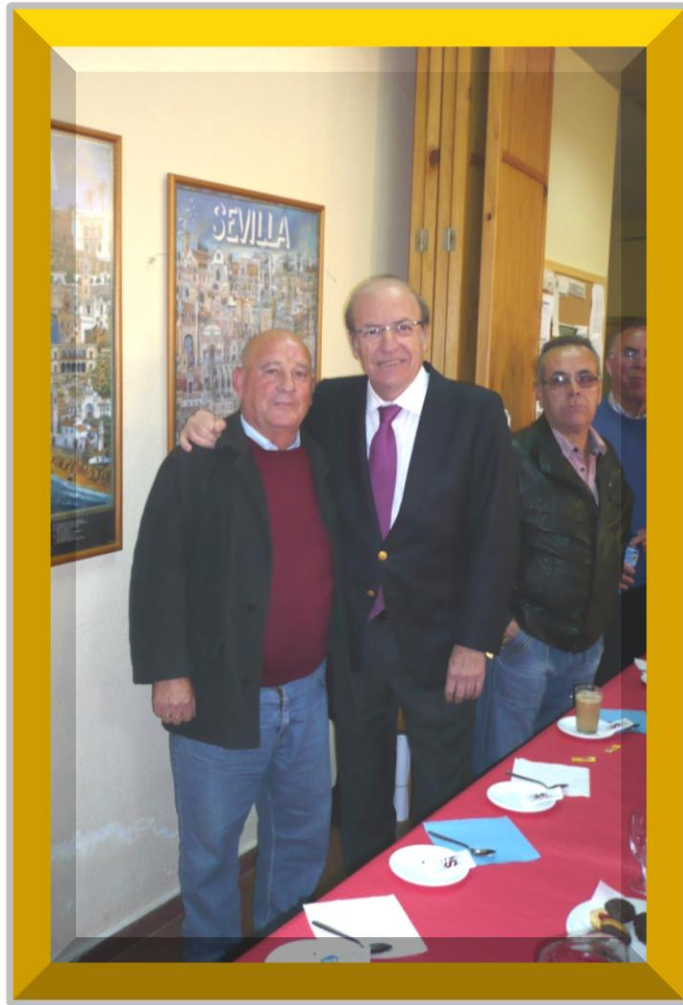
Dña. Juana María Carrillo (Tte. Alcalde Delega de Mayores), agradece la asistencia, resaltado la importancia del Programa Municipal “Retama”, como núcleo de encuentro de los colectivos en el intercambio de experiencias.

D. Pedro Rodríguez González (Alcalde de la Ciudad) Intervine para finalizar la reunión, destacando la importancia que tiene los mayores como los dirigentes de los colectivos, en la sociedad actual.

Los asistentes fueron invitados a una merienda, ofrecida por la Asoc. de Mayores “Los Molineros”.







*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
19 DE ABRIL SESIÓN 22 (1º GRUPO)*

1.64

FECHA: 19 de Abril de 2012.

HORA: de 9:00 horas a 10:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
19 DE ABRIL SESIÓN 23 (2º GRUPO)

1.65

FECHA: 19 de Abril de 2012.

HORA: de 11:00 horas a 12:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE INFORMÁTICA BÁSICA Y
WORD
CLUB DE PENSIONISTAS "LAZARETO"
10ª SESIÓN 19 DE ABRIL
1.66*

FECHA: 19 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Con esta sesión finaliza el taller.

Durante el desarrollo del taller l@s alumn@as, recibirán conocimientos básicos de iniciación a la Informática y uso del programa de proceso de texto



*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
CAMPAÑA MUNICIPAL DE PREVENCIÓN
DE INCENDIOS: ASOCIACIÓN DE MAYORES
"CAÑAZÓN"*

1.67

FECHA: 19 de Abril de 2012

HORA: 18:00 HORAS

LUGAR: SEDE DE AA.VV. POLÍGONO DE SAN SEBASTIÁN.

PONENTE: D. José Antonio Cruzán Maestre (Segundo Jefe del Servicio de Extinción de Incendios del Excmo. Ayuntamiento de Huelva)

DESARROLLO:

Se realiza la charla con la proyección de la película "Cierra la Puerta", donde se reproduce los daños que produce un incendio en una habitación cerrada durante cuatro minutos.

A continuación José Antonio, aconseja a los asistentes de las precauciones que se deben tomar cuando se produce un incendio en una vivienda, como: cuidados de las campanas de las cocinas, cuidados con los líquidos inflamables, vigilancia de las instalaciones del gas, no salir a la escalera del bloque, no coger el ascensor, evitar que entre el humo en la vivienda si se produce un incendio en otra vivienda, etc...

Para finalizar se recomendó la instalación en las viviendas de un detector de humos, además de

entrégales cada asistente un tríptico informativo de medidas a adoptar.



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
20 DE ABRIL SESIÓN 24 (3º GRUPO)*

1.68

FECHA: 20 de Abril de 2012.

HORA: de 12:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



**PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER BÁSICO DE INTERNET
CLUB DE PENSIONISTAS “LAZARETO”
1ª SESIÓN 23 DE ABRIL
1.69**

FECHA: 23 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Comienza el taller de 4 sesiones, destinado a alumn@as del Club de Pensionistas “Lazareto”.

Se ofrece a l@s alumn@s del taller, un acercamiento al manejo de aplicaciones más relevantes de Internet: correo electrónico, usos de los motores de búsqueda (google, yahoo, etc...), la mensajería, blog y chats.



*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE “COMUNICACIÓN INTERNA”,
PARA LOS VOLUNTARIOS DEL
PROGRAMA MUNICIPAL “CONOCER A
TUS MAYORES”*

3ª SESIÓN - 24 DE ABRIL

1.70

FECHA: 24 de Abril de 2012.

HORA: de 10:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Salón de Actos de la AA.VV. Santa Ana

MONITOR: Pedro García Borrego (Técnico Responsable de Formación y Comunicación de la Delegación de Participación Ciudadana y Mayores)

DESARROLLO:

Se inicia la sesión con el repaso de los contenidos, de las sesiones anteriores.

Analizan el objetivo del Programa, para darle forma, como sesión ideal de trabajo, para aplicarlo el próximo curso.

Se visionan las grabaciones de sesiones grabadas en diferentes centros, para ver los desarrollos, la primera sin la figura del moderador y la segunda con la participación del moderador.

Una vez finalizada las grabaciones, el grupo se divide por parejas, para que trabajen, como sería una Sesión Ideal de trabajo.

El grupo aporta las siguientes conclusiones:

Sesión Ideal de Trabajo, desde los siguientes puntos:

Contenidos.

- *Dependiendo de los Ceip, dividir la sesión en tres partes, 1º Sesión de Contenidos con una duración de 1:30 horas. 2º Exposición del material del Programa, durante el Recreo. 3º Juegos tradicionales después del Recreo con una duración de 1 horas.*
- *No habrá críticas ni menosprecios al sistema educativo actual.*
- *Reducción de temas.*
- *Evitar dramatismo a la hora de responder a las preguntas.*
- *Ampliación de las sesiones de 1:30 horas a 3 horas, negociación con los claustros de los Ceip.*
- *Según las características socioeconómicas de las zonas de los Ceip, cambiar las sesiones.*
- *Evaluación de las sesiones, por parte de los tutores participantes.*
- *Establecer un guión fijo de actuación permanente, variable en función de las características de los Ceip.*

Uso de la Palabra.

- *Necesaria la figura del moderador, distribuyendo el uso de la palabra, dinamizando a l@s alumn@s y no entrar en los contenidos.*

- *Estar más relajados en el uso de las palabras (menos es más)*
- *Ser breves.*
- *Respetar el turno de palabras de los compañeros (no pisar la intervención, no realizar comentarios entre nosotros mientras un compañero está exponiendo).*
- *No abusar de las experiencias personales.*
- *Participación de todos, lo más equitativa posible (moderador).*

Participación de l@s alumn@s.

- *Enviar a los Ceip previamente un modelo de ficha con los contenidos a realizar durante la sesión, para que l@s alumn@s, preparen las preguntas.*
- *Conocer los intereses de los Ceip, en referencias a la sesión a realizar en los mismos.*
- *Las preguntas se realizarían (Contenidos: en la Primera Parte de la Sesión).*
- *DIALOGAR con l@s alumn@s (Contenidos: en la Segunda Parte de la Sesión).*

Llegados a este punto finaliza la 3ª Sesión, en la próxima sesión, se trabajará los contenidos del Guión de actuación en las Sesiones de Trabajo en los Ceip.





**PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER BÁSICO DE INTERNET
CLUB DE PENSIONISTAS "LAZARETO"
2ª SESIÓN 24 DE ABRIL
1.71**

FECHA: 24 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Comienza el taller de 4 sesiones, destinado a alumn@as del Club de Pensionistas "Lazareto".

Se ofrece a l@s alumn@s del taller, un acercamiento al manejo de aplicaciones más relevantes de Internet: correo electrónico, usos de los motores de búsqueda (google, yahoo, etc...), la mensajería, blog y chats.



*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
CHARLA MÉDICA
“EL COLESTEROL”
GRUPO DE MAYORES AA.VV. LOS
DESNIVELES*

1.72

FECHA: 24 DE abril 2012

HORA: 18:00

LUGAR: SALA DE LA AA.VV. LOS DESNIVELES.

PONENTE: DRA. DÑA. MARÍA AGUADO TOSCANO

DESARROLLO: La ponente, versó la charla en todos los aspectos a tener en cuenta en referencia al Colesterol como: La alta concentración de colesterol en la sangre, tan nociva por sus efectos negativos en el funcionamiento del corazón y de la circulación, puede reducirse de forma considerable mediante una dieta alimentaria adecuada.

Como medidas preventivas: La prevención es algo tan sencíllo como comer saludable, controlar el peso y hacer ejercicio físico.

El control de otros factores como la presión arterial, la diabetes y dejar el tabaco y el alcohol, son también muy importantes para reducir el riesgo cardiovascular.

Como consejos para controlar el Colesterol: Podemos luchar contra el colesterol con sencillos pasos que debemos seguir día a día para lograr una buena salud. Ante todo debemos reducir el consumo de grasas saturadas y alimentos que contengan colesterol por sí mismos como la yema de huevo, las carnes rojas, los embutidos... En vez de esto debemos incrementar el consumo de frutas y verduras, así como el de cereales integrales y de ácidos grasos de buena calidad.

Carmen Quintero Harriero (Técnica de la Concejalía del Mayor), agradeció en nombre del Ayuntamiento y de la Concejalía a Dña. María Agudo Toscano, su ponencia.





*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER BÁSICO DE INTERNET
CLUB DE PENSIONISTAS "LAZARETO"
3ª SESIÓN 25 DE ABRIL
1.73*

FECHA: 25 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Comienza el taller de 4 sesiones, destinado a alumn@as del Club de Pensionistas "Lazareto".

Se ofrece a l@s alumn@s del taller, un acercamiento al manejo de aplicaciones más relevantes de Internet: correo electrónico, usos de los motores de búsqueda (google, yahoo, etc...), la mensajería, blog y chats



PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES

TALLER DE CONSUMO

*“PREVENCIÓN DE ACCIDENTES
DOMÉSTICOS”*

*ASOCIACIÓN DE MAYORES “MANOS
AMIGAS” - CLUB DE PENSIONISTAS
“LAZARETO”*

1.74

FECHA: 25 de Abril de 2012.

HORA: 17:30 horas

LUGAR: Aula del Centro Municipal “Lazareto”

DESARROLLO: Interviene como monitor Antonio Pérez Arévalo (Gabinete Jurídico de la Asociación de Amas de Casa y Consumidores “Virgen de la Cinta”).

Comienza informando: Dado que en el hogar es donde pasamos muchas horas a lo largo de nuestra vida, es allí donde también existen posibilidades de que surja algún accidente de cualquier tipo.

Sin embargo, no todos los miembros de la familia tienen las mismas posibilidades de sufrir un accidente. Hay dos colectivos de personas que son los que sufren accidentes con mayor frecuencia:

- Los niños menores de cinco años.*
- Los ancianos mayores de sesenta y cinco años.*

La edad y su situación en la vida les convierten por su ignorancia, despreocupación, debilidad y características mentales en los más indefensos y vulnerables.

Como consecuencias más frecuentes, Diversos estudios reflejan que en los accidentes domésticos sufridos por los niños, sus causas, por orden de incidencia, son las siguientes:

- *Caídas.*
- *Intoxicaciones, alergias e irritaciones.*
- *Quemaduras.*
- *Incendios y explosiones.*
- *Electrocución.*
- *Asfixia respiratoria.*

A continuación se pasa a exponer varios consejos que eviten las situaciones expuestas anteriormente.

Con la realización de preguntas por parte de l@s asitent@s, para resolver posibles dudas, se da por finalizado el taller.





*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
26 DE ABRIL SESIÓN 25 (1º GRUPO)*

1.75

FECHA: 26 de Abril de 2012.

HORA: de 9:00 horas a 10:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
26 DE ABRIL SESIÓN 26 (2º GRUPO)*

1.76

FECHA: 26 de Abril de 2012.

HORA: de 11:00 horas a 12:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



**PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER BÁSICO DE INTERNET
CLUB DE PENSIONISTAS "LAZARETO"
4ª SESIÓN 26 DE ABRIL
1.77**

FECHA: 26 de Abril de 2012.

HORA: de 16:30 horas a 20:00 horas.

LUGAR: Aula de Informática del Centro Municipal Lazareto.

MONITOR: Isabel López Perea (Responsable de Formación de Informática de la Delegación de Participación Ciudadana, Mayores e Igualdad)

DESARROLLO:

Comienza el taller de 4 sesiones, destinado a alumn@as del Club de Pensionistas "Lazareto".

Se ofrece a l@s alumn@s del taller, un acercamiento al manejo de aplicaciones más relevantes de Internet: correo electrónico, usos de los motores de búsqueda (google, yahoo, etc...), la mensajería, blog y chats



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
27 DE ABRIL SESIÓN 27 (3º GRUPO)*

1.78

FECHA: 27 de Abril de 2012.

HORA: de 12:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
3 DE MAYO SESIÓN 28 (1º GRUPO)*

1.79

FECHA: 2 de Mayo de 2012.

HORA: de 9:00 horas a 10:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
3 DE MAYO SESIÓN 29 (2º GRUPO)*

1.80

FECHA: 3 de Mayo de 2012.

HORA: de 11:00 horas a 12:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
4 DE MAYO SESIÓN 30 (3º GRUPO)*

1.81

FECHA: 4 de Mayo de 2012.

HORA: de 12:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
7 DE MAYO SESIÓN 31 (4º GRUPO)*

1.82

FECHA: 7 de Mayo de 2012.

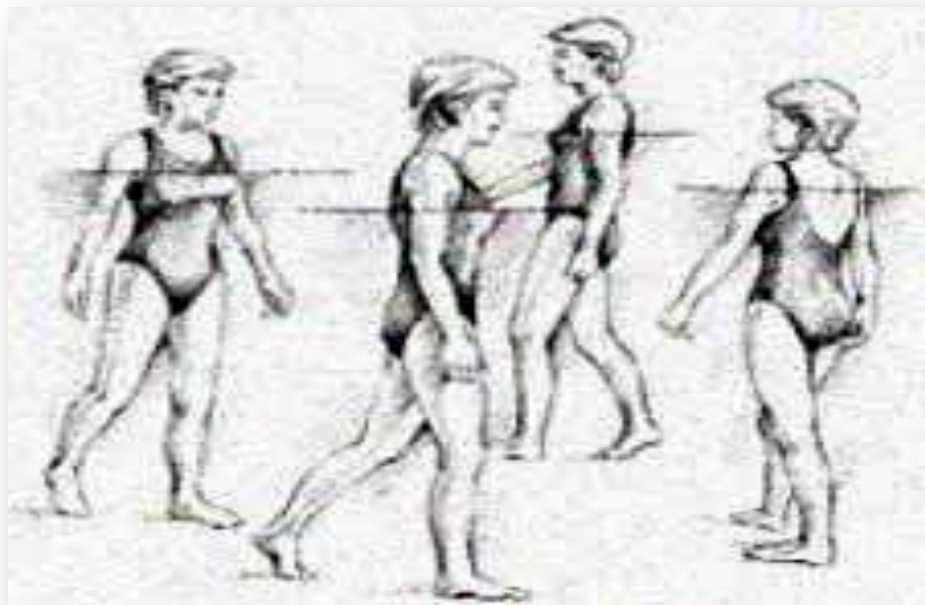
HORA: de 12:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Andrés Estrada

DESARROLLO:

En el día de la fecha se incorpora un nuevo grupo a la Campaña, en el Polideportivo Municipal Andrés Estrada.

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
10 DE MAYO SESIÓN 32 (1º GRUPO)*

1.83

FECHA: 10 de Mayo de 2012.

HORA: de 9:00 horas a 10:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
10 DE MAYO SESIÓN 33 (2º GRUPO)*

1.84

FECHA: 10 de Mayo de 2012.

HORA: de 11:00 horas a 12:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
11 DE MAYO SESIÓN 34 (3º GRUPO)*

1.85

FECHA: 10 de Mayo de 2012.

HORA: de 12:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
14 DE MAYO SESIÓN 35 (4º GRUPO)

1.86

FECHA: 14 de Mayo de 2012.

HORA: de 12:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Andrés Estrada

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



DESFILE DE MODA
MUESTRA DE CULTURA EN LOS BARRIOS
14 DE MAYO
1.87

FECHA: 14 DE MAYO DE 2011

HORA: 19:00

LUGAR: GRAN TEATRO

PARTICIPACIÓN: Realizan el desfile de Moda más 200 señoras.

DESARROLLO:

El desfile comenzó con la intervención de Dña. Juana Carillo Tte. Alcaldé Delegada de Mayores.

La Presentación corrió a cargo de D. Manuel Maestre (Técnico de la Concejalía del Mayor) y la Organización a cargo de Dña. Carmen Quintero (Técnica de la Concejalía del Mayor)

Participaron alumnas de los talleres de Corte y Confeción del Programa Municipal Cultura en los Barrios, juntos con las monitoras de los siguientes talleres:

JOSEFA SANTANA GONZALEZ

- AA.VV. La Hispanidad
- AA.VV. Licinio de la Fuente

ISABEL MARTÍN HILAZO

- AA.VV. Marismas del Odiel
- AA.VV. Las Amapolas
- AA.VV. Virgen de Belén
- AA.VV. Las Palmeras

- *Asoc. de Amas de Casa y Consumidores Virgen de la Cinta*

JOAQUINA QUINTERO MOLIN

- *AA.VV. Mora Claro*
- *AA.VV. Juan Riquelme*

HERMINIA CALLEJA SARMIENTO

- *AA.VV. Pérez Cubillas*
- *AA.VV. Santa Ana*

ISABEL TÉJADA PEREZ

- *AA.VV. Virgen del Rocío*
- *AA.VV. Santa Gema*
- *AA.VV. Príncipe Juan Carlos*
- *AA.VV. Polígono de San Sebastián*
- *AA.VV. Vicente Yáñez Pinzón*









*PLAN DE FORMACIÓN PARA MAYORES
TALLER DE “COMUNICACIÓN INTERNA”,
PARA LOS VOLUNTARIOS DEL
PROGRAMA MUNICIPAL “CONOCER A
TUS MAYORES”*

4ª SESIÓN - 15 DE MAYO

1.88

FECHA: 15 de Mayo de 2012.

HORA: de 10:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Salón de Actos de la AA.VV. Santa Ana

MONITOR: Pedro García Borrego (Técnico Responsable de Formación y Comunicación de la Delegación de Participación Ciudadana y Mayores)

DESARROLLO: Se inicia la sesión con el repaso de los contenidos, de las sesiones anteriores.

En esta sesión se trata el tema de mejorar la Comunicación, a la hora de realizar la actividad con l@s Alumn@as, desde dos puntos:

- Que hago para mejorar mi comunicación.*
- Como lo quiero hacer*

Individualmente los participantes responden a las dos cuestiones planteadas.

<i>Que Hago</i>	<i>Como lo quiero hacer</i>
<i>Me callo por prudencia.</i>	<i>Espero a que terminen mis compañeros o espero que me dé la palabra el moderador.</i>
<i>Hablo mucho, además de apostillar.</i>	<i>Confiar en el moderador. Apunto y confió en el Moderador</i>
<i>Inseguro</i>	<i>Ser más valiente. No compararme con mis compañeros</i>
<i>Me lanzo</i>	<i>Callándome más</i>
<i>Me controlo</i>	
<i>Me callo y hablo al empujón</i>	<i>Ser más valiente</i>
<i>Hablo mucho</i>	<i>Que el moderador me pare cuando vea que ocupo demasiado espacio en un tema.</i>

A continuación se realiza una actividad simulada, el grupo se divide en alumn@s y abuel@s, la simulación se graba para revisarla posteriormente, en la siguiente sesión.



*DESFILE DE MODA
MUESTRA DE CULTURA EN LOS BARRIOS
15 DE MAYO
1.89*

FECHA: 14 DE MAYO DE 2011

HORA: 19:00

LUGAR: GRAN TEATRO

PARTICIPACIÓN: Realizan el desfile de Moda más 200 señoras.

DESARROLLO:

La Presentación corrió a cargo de D. Manuel Maestre (Técnico de la Concejalía del Mayor) y la Organización a cargo de Dña. Carmen Quintero (Técnica de la Concejalía del Mayor)

Participaron alumnas de los talleres de Corte y Confección del Programa Municipal Cultura en los Barrios, juntos con las monitoras de los siguientes talleres:

JOSEFA MORALES DOMINGUEZ

➤ Club de Pensionistas Cristina Pinedo

MARI PEREZ MENDEZ

- *Centro Municipal Lazareto*
- *Club Pensionista Lazareto*
- *AA.VV. Los Rosales*

RAFAELA DOMINGUEZ PEREZ

- *AA.VV. Supracomunidad de Glorietas*
- *AA.VV. Valcasado*
- *AA.VV. Nueva Huelva*
- *AA.VV. Plaza Niña*

M^a ANTONIA PEREZ JURADO

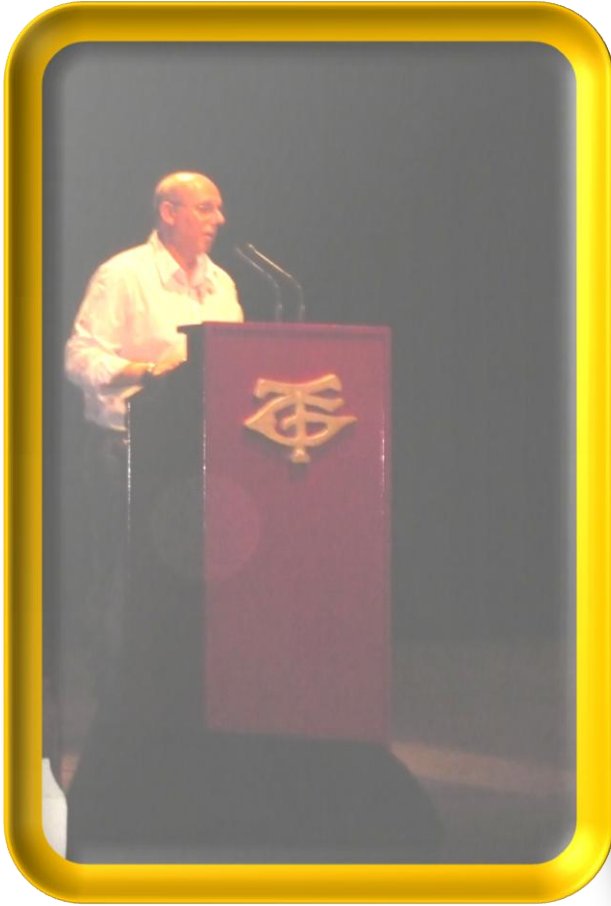
- *AA.VV. El Ancla*
- *AA.VV. Huerta Mena*
- *AA.VV. La Merced*

CINTA HERNANDEZ CORSI

- *AA.VV. Russelheim*
- *AA.VV. Santa Barbara*
- *AA.VV. Cristóbal Colón*
- *AA.VV. Zafra*
- *AA.VV. Los Dolores*
- *AA.VV. Nuevo Molino*
- *Asoc. de Mayores Punta del Sebo*

JOSEFA PIOSA BERNAL

- *AA.VV. Santa Marta*
- *AA.VV. Las Flores*
- *AA.VV. Los Desniveles*
- *AA.VV. La Morana*







*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
17 DE MAYO SESIÓN 36 (1º GRUPO)*

1.90

FECHA: 17 de Mayo de 2012.

HORA: de 9:00 horas a 10:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodologías en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
17 DE MAYO SESIÓN 37 (2º GRUPO)*

1.91

FECHA: 17 de Mayo de 2012.

HORA: de 11:00 horas a 12:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*OFRENDA FLORAL DE LOS MAYORES A
NTRA. SRA. DEL ROCÍO*

1.92

FECHA: 17 DE MAYO DE 2012

HORA: 20:00 HORAS.

LUGAR: IGLESIA DE NTRA. SRA. DEL ROCIO

DESARROLLO:

Organizada desde la Concejalía de Mayor, contado con el respaldo de todos los colectivos del Consejo Local de Mayores y Asociaciones colaboradoras, se celebra la Ofrenda Floral a Ntra. Sra. del Rocío, en representación del Ayuntamiento asisten D. Pedro Rodríguez (Alcalde de la Ciudad) y Dña. Juana María Carrillo Ortiz (Tte. Alcalde de Mayores).

La misa fue oficiada por el Sacerdote D. Eduardo (párroco de la parroquia) durante la misa rociera, intervino el Coro de Mayores del Lazareto.









CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
18 DE MAYO SESIÓN 38 (3º GRUPO)

1.93

FECHA: 10 de Mayo de 2012.

HORA: de 12:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
21 DE MAYO SESIÓN 39 (4º GRUPO)

1.94

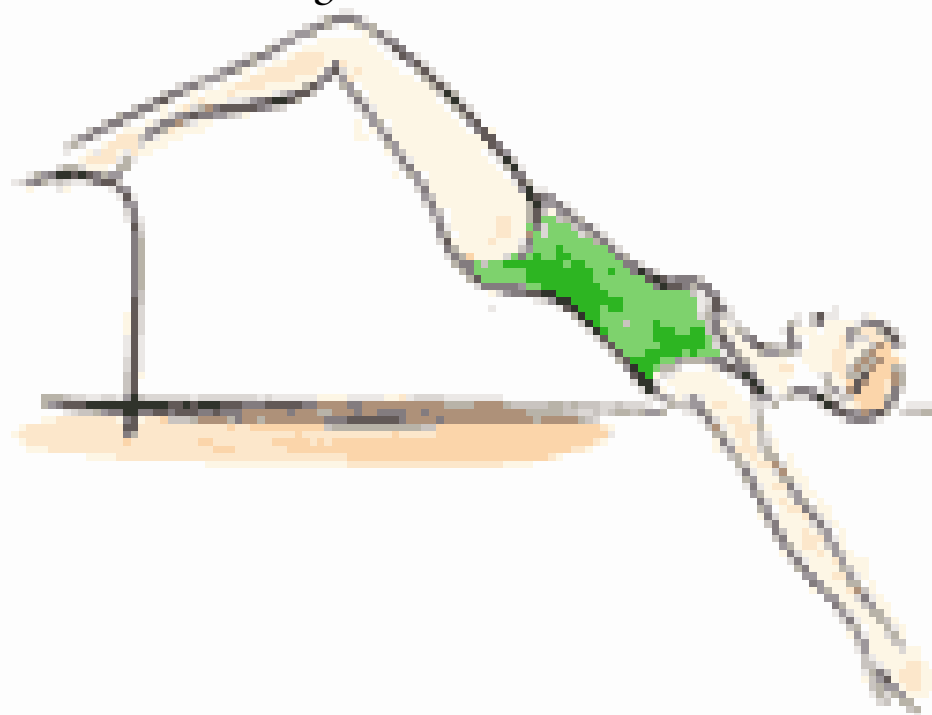
FECHA: 21 de Mayo de 2012.

HORA: de 12:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Andrés Estrada

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodologías en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
24 DE MAYO SESIÓN 40 (1º GRUPO)*

1.95

FECHA: 24 de Mayo de 2012.

HORA: de 9:00 horas a 10:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
24 DE MAYO SESIÓN 41 (2º GRUPO)*

1.96

FECHA: 17 de Mayo de 2012.

HORA: de 11:00 horas a 12:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
25 DE MAYO SESIÓN 42 (3º GRUPO)*

1.97

FECHA: 10 de Mayo de 2012.

HORA: de 12:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
28 DE MAYO SESIÓN 43 (4º GRUPO)*

1.98

FECHA: 28 de Mayo de 2012.

HORA: de 12:00 horas a 13:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Andrés Estrada

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



*CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
31 DE MAYO SESIÓN 44 (1º GRUPO)*

1.99

FECHA: 31 de Mayo de 2012.

HORA: de 9:00 horas a 10:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodología en la sesión



CAMPAÑA MUNICIPAL DE NATACIÓN
31 DE MAYO SESIÓN 45 (2º GRUPO)

1.100

FECHA: 31 de Mayo de 2012.

HORA: de 11:00 horas a 12:00 horas.

LUGAR: Polideportivos Diego Lobato.

DESARROLLO:

Por parte de los monitores del Patronato Municipal de Deportes, se desarrolla la sesión de iniciación a la natación y de ejercicios acuáticos dirigidos a los mayores participantes. Los mayores se dividieron en dos grupos los que saben y los que no saben nadar, para aplicar las diferentes metodologías en la sesión

