

ADJUDICACIÓN

DEFINITIVA DE LAS PLAZAS

Una vez establecido el orden de prelación a través del sorteo, las personas admitidas y en reserva, deberán efectuar obligatoriamente una **evaluación** organizada por el Ayuntamiento y la Universidad de Salamanca, cuyas fechas individualizadas, serán indicadas en las listas resultantes del sorteo.

Las personas indicadas deberán efectuar dicha evaluación y ser declaradas **APTAS** para participar en la actividad, en calidad de participante o reserva, entendiéndose incluidos en el programa.

El calendario de **inicio de la actividad** se informará en las listas definitivas.

Cualquier discrepancia en la adjudicación de plazas será resuelta por el Ayuntamiento de Salamanca.

INFORMACIÓN RELEVANTE

No podrán inscribirse en el programa aquellas personas que estén admitidas en los programas de EJERCICIO FÍSICO de los Centros Juan de la Fuente y Tierra Charra. Los reservas de estos programas deberán optar entre seguir en la reserva o inscribirse en Revitalización. Estar incluido en el programa de Revitalización (admitido o reserva) será incompatible con los programas de ejercicio físico de los Centros *Juan de la Fuente* y *Tierra Charra*.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

Centro Municipal de Mayores

Juan de la Fuente

C/ Juan de la Fuente, 1.

Teléfono 923 21 40 12

Centro Municipal de Mayores

Tierra Charra

Avda. Los Cedros, 45

Teléfono 923 24 28 07



Ayuntamiento de Salamanca



VNIVERSIDAD BSALAMANCA
CAMPUS DE EXCELENCIA INTERNACIONAL



Ayuntamiento de Salamanca

Revitalización para Personas Mayores

Centros de Mayores de Gestión Municipal

Colaboración con la Escuela Universitaria de Enfermería y Fisioterapia de la USAL.



Curso 2019-2020

Actividad Física de
**Revitalización para
personas mayores**
Centros de Mayores de
Gestión Municipal

La Concejalía de Mayores del Ayuntamiento de Salamanca en colaboración con la Universidad de Salamanca, a través de la Escuela Universitaria de Enfermería y Fisioterapia, realizan un Programa de Actividad Física de Revitalización para personas mayores. Esta



actividad está comprendida dentro de lo que se denominan técnicas de fisioterapia preventiva y se aplican a

las personas mayores sin patologías invalidantes, utilizando el movimiento para retrasar lo más posible, la aparición de dichas patologías.

OBJETIVOS

Retrasar la aparición de cambios físicos asociados al envejecimiento y la disminución de capacidades funcionales.

Prevenir problemas degenerativos en las personas mayores

Mejorar la calidad de vida de este colectivo

DESARROLLO

El programa consta de tres partes diferenciadas:

- 1.- **Evaluación inicial**, obligatoria para iniciar el programa.
- 2.- **Realización de un programa de** ejercicios que se extiende a lo largo de ocho meses, con una participación mínima exigida.
- 3.- **Evaluación Final**, obligatoria para considerar el programa completado.

ORGANIZACIÓN

Se dirige a pensionistas y desempleados de 60 o más años empadronados en la ciudad de Salamanca con carné municipal de mayores.

Con carácter general, se inicia a finales de Septiembre de 2019 y finalizará en Junio de 2020. Consta de tres sesiones semanales de cincuenta minutos de duración.

PLAZO Y LUGAR DE SOLICITUD

Del **13 al 24 de Mayo de 2019** (ambos incluidos) en cualquiera de estos dos centros .

Centro Municipal de Mayores Juan de la Fuente.

Centro Municipal de Mayores Tierra Charra.

ADJUDICACIÓN

PROVISIONAL DE PLAZAS

Mediante sorteo público, a celebrar el día **27 de Junio de 2019**

A las 10,00 horas en el Centro Municipal Juan de la Fuente

A las 12.00 horas en el Centro Municipal Tierra Charra.

En cada centro se sortearán, **las plazas de las personas que hayan elegido ese centro.** El sorteo establecerá el orden de prioridad en el acceso a las plazas Entre los participantes del curso anterior, tendrán prioridad, aquellos que hayan completado el programa.