

Tokia • Lugar

RIBABELLOSA

Gizarte etxea - Centro Cívico

ERRIBERA BEITIA RIBERA BAJA

MARTXOA

ASTEAZKENA 23, 18:00

Bakarrizketa:

**El país de afloja y aprieta:
cuentos eróticos y fábulas
de Félix María de Samaniego**

Aktorea: Juanjo Monago

ASTEAZKENA 30, 18:00

Tailerra:

**Mentes despiertas.
Ejercicios prácticos para activar
las neuronas y fortalecer el cerebro I**

ADINDU Gerontologia Zerbitzuak

APIRILA

ASTEAZKENA 6, 18:00

Tailerra:

**Mentes despiertas.
Ejercicios prácticos para activar
las neuronas y fortalecer el cerebro II**

ADINDU Gerontologia Zerbitzuak

ASTEAZKENERO, APIRILAREN 27TIK MAIATZAREN 25ERA

Akonpainamendu digitaleko ikastaroa

Egin nahi dutenek izena eman behar dute kiroldegian

Teknologia berriekin (gailuak eta tresnak) moldatzeko zailtasunak dituzten pertsonen zuzendutako prestakuntza da. Mugikorrean hainbat aplikazio erabiltzen eta administrazioekin internet bidez kudeaketak egiten ikasiko dugu.

Orain aurkezten dugun programa 2021eko urrian hasitakoaren bigarren zatia da. Oraingo honetan, asteazkenetan jarraitzen dugu jarduerarekin, eta denetarik dugu, hau da, helduentzako ipuinak, adimena lantzeko ikastaroak eta mugikorra erabiltzen ikasteko eta hainbat gestio egiteko teknologia berrien ikastaroa, bai mugikorrarekin bai ordenagailuarekin.

Martxo eta maiatza bitartean egiteko prestatu dugun programan parte hartzera animatzen zaituztegu. Zuen iritziak eta programatu daitezkeen gai eta jardueren buruzko interesak emango dizkiguzue, pixkanaka-pixkanaka gehitzeko asmoz.

Programa honetako jarduerak **doakoak** dira erabiltzaileentzat. Era berean, **DOAN GARRAIOKO** DA RIBABELLOSA ez diren UDALERRIKO BESTE POSTU BATZUETAN PARTE HARTZEA ETA EGOITZEA DITUZTEN PERTSONAK HARTZEKO.

Programan parte hartzeko **baldintzak**:

- Izena eman kiroldegian edo 680 745 941 telefonora deituz (izen-ematea programa osorako da, ez jarduera bakoitzerako)
- 55 urte edo gehiago izatea
- Erriberabeitiko udalerrian erroldatuta edo bertan bizi izatea. Pertsona ez direnek ere parte hartu ahal izango dute, baldin eta plaza libreak badaude.
- Programan sartzen diren jardueren % 75era joatea, gutxienez.
- Programan sartutako jarduera bakoitzean parte hartuko dela berrestea.

MARZO

23, MIÉRCOLES, 18:00

Monólogo:

**El país de afloja y aprieta:
cuentos eróticos y fábulas
de Félix María de Samaniego**

Actor: Juanjo Monago

30, MIÉRCOLES, 18:00

Taller:

**Mentes despiertas.
Ejercicios prácticos para activar
las neuronas y fortalecer el cerebro I**

ADINDU Gerontologia Zerbitzuak

ABRIL

6, MIÉRCOLES, 18:00

Taller:

**Mentes despiertas.
Ejercicios prácticos para activar
las neuronas y fortalecer el cerebro II**

ADINDU Gerontologia Zerbitzuak

TODOS LOS MIÉRCOLES DEL 27 DE ABRIL AL 25 DE MAYO

Curso de acompañamiento digital

Las personas que estén interesadas en realizarlo, tienen que inscribirse en el polideportivo.

Es una formación dirigida a personas que tienen dificultades para desenvolverse con las nuevas tecnologías (dispositivos y herramientas). Aprenderemos a utilizar diferentes aplicaciones en el móvil y a hacer gestiones con las administraciones a través de internet.

El programa que presentamos ahora es la segunda parte del iniciado en octubre de 2021. En esta ocasión, seguimos con la actividad los miércoles, en la que tenemos un poco de todo, es decir, cuentos para adultos, cursos para trabajar la mente y un curso de nuevas tecnologías para aprender a usar el móvil, y hacer diferentes gestiones, tanto con el móvil como en un ordenador.

Os animamos a participar en el programa que hemos elaborado para realizar **entre marzo y mayo**, y que nos aportéis vuestras impresiones, así como intereses sobre las diferentes temáticas y actividades que se pueden programar, con la idea de ir incorporándolas poco a poco.

Las actividades incluidas en este programa son **gratuitas** para las personas usuarias. Igualmente, SE PONDRÁ **TRANSPORTE GRATUITO PARA AQUELLAS PERSONAS QUE QUIERAN PARTICIPAR Y RESIDAN EN OTROS PUEBLOS DEL MUNICIPIO QUE NO SEAN RIBABELLOSA.**

Requisitos para participar en el programa:

- Apuntarse al mismo en el polideportivo o llamando al 680 745 941 (esta inscripción es para el total del programa, no para cada actividad del mismo)
- Tener 55 años o más
- Ser persona empadronada o residente en el municipio de Ribera Baja. Las personas que no lo sean, también podrán participar siempre y cuando haya plazas libres.
- Acudir al menos al 75% de las actividades que se incluyan dentro del programa
- Confirmar la asistencia a cada una de las actividades incluidas en el programa



Garapen
Iraunkorrerako 2030
Agendarekin (GJH)
konpromisoa
duen programazioa

Programación
comprometida
con la Agenda 2030
para el Desarrollo
Sostenible (ODS)

3 Osasuna eta ongizatea
Salud y Bienestar

Laguntzailea • Colabora:



Erriberabeitiko Udala
Ayuntamiento de Ribera Baja