

SALIDAS CULTURALES PARA MAYORES

Mensualmente, cualquier vecino/a mayor de 60 años o pensionista por jubilación o invalidez, así como sus cónyuges o parejas, puede participar en los recorridos y visitas de interés cultural organizados (siempre con ida y vuelta en el día).

Dentro de este programa, el 30 de abril tienes la oportunidad de visitar el **Templo de Debod y el Museo Cerralbo**.

Será un buen momento para conocer este magnífico templo egipcio dedicado a Amón de Debod y a Isis, construido entre el año 185 AC y el siglo I de nuestra era. El templo, situado en Madrid, fue donado en 1968 por el gobierno egipcio en agradecimiento por la contribución del estado español al salvamento de los templos de Abu Simbel.

No menos interesante resulta la visita al Museo Cerralbo, un palacio-museo, casa histórica, museo de ambiente que, tal como leemos en su díptico informativo, es un referente obligado para conocer la vida de la aristocracia madrileña de finales del siglo XIX e inicios del XX.

En esta ocasión, el coste de la salida será de 5 € de precio público. Además, el día de la salida deberá abonarse 1,50 € en concepto de entrada.

Para participar, debes **inscribirte en servicios sociales hasta el 23 de abril**.

Aún estamos organizando las últimas salidas de este curso, antes del parón estival, pero os adelantamos lo que tenemos confirmado:

- Mayo (salida de medio día, por la mañana): el Parque del Retiro y La Bolsa.
- Junio (salida de día completo). Pendiente de programación definitiva.

DÍAS SIN COLE

Os recordamos que durante los días no lectivos del calendario escolar (que no sean festivos) ponemos en marcha los Días sin Cole. Este programa de ocio educativo infantil, con el que pretendemos facilitar la conciliación de la vida laboral y familiar, se dirige a menores de 3 a 12 años.

Hasta el final del curso los días sin cole se organizarán en las siguientes fechas:

- "Puente" de mayo: viernes 3.
- Inicio de las vacaciones escolares: 24, 25, 26, 27 y 28 de junio. Posteriormente, las familias podrán utilizar la Escuela de Verano "Veraneando en Hoyo de Manzanares"

Los Días sin Cole se realizarán en el CEIP Virgen de la Encina y, como es habitual, el horario es de 9 a 13,30 horas sin comedor, y hasta las 15:00 o las 16:30 horas con comedor. Además, existe la posibilidad de utilizar un horario ampliado, ofertándose 3 franjas horarias adicionales: entrada a las 7,30 horas, entrada a las 8,00 horas y salida a las 17,00 horas.

El coste de los días sin cole es de 11 € sin comedor y 17 € con comedor, con descuentos para familias con más de 2 menores inscritos (9 € sin comedor y 15 €

con comedor a partir del tercer hermano). Además, cada tramo de ampliación horaria conlleva un suplemento por menor y día (5 € entrada a las 7:30 horas, 4 € entrada a las 8 horas y 2 € salida a las 14 horas).

Es imprescindible que apuntes previamente a tu hijo/a, pudiendo hacerlo hasta las 14 horas del tercer día anterior a la actividad (sin tener en cuenta sábados, domingos o festivos). El servicio se prestará con un mínimo de 12 menores inscritos.

Infórmate en servicios sociales.

ACTIVIDADES POR LA IGUALDAD

Os proponemos diferentes actividades con las que, desde diferentes ámbitos y perspectivas, se favorecerá la igualdad y la conciliación, así como la eliminación de estereotipos asociados al género.

- **Mejora personal: mindfulness, inteligencia emocional y gestión del tiempo.** *Taller dirigido a población adulta (hombres y mujeres).*

Anímate a aprender y practicar técnicas para ser más conscientes del "aquí y el ahora", mejorando el conocimiento y manejo de nuestros propios pensamientos, emociones y conductas, y favoreciendo una mejor gestión y distribución de nuestro tiempo, y mejorando así nuestro bienestar.

Los jueves, del 25 de abril al 27 de junio, de 17 a 19 horas. Precio: 6 €. Inscripción previa en servicios sociales.

- **Actividades en familia**, en las que podrán participar niños y niñas a partir de 5 años junto con, al menos, una persona adulta. Todas las actividades, con acceso libre y gratuito hasta completar aforo, se realizarán de 11 a 13 horas en el Centro de Servicios Sociales:

- **Arte en familia.** Sábado 27 de abril.
- **Mindfulness en familia.** Sábado 18 de mayo.
- **Cocina en familia.** Sábado 8 de junio.

Como novedad, a partir de ahora, no será necesario inscribirse previamente para asistir a estas sesiones. Confiamos en que este cambio haga más fácil la organización familiar de todas las personas interesadas en participar en estas actividades de igualdad en familia, posibilitando la asistencia de todos y todas.

ESPACIO PARA FAMILIAS.

Desde este programa continuamos organizando sesiones en torno a temáticas de interés para todas las personas implicadas en la tarea educativa de la familia. Con ellas, queremos mantener activo un espacio de aprendizaje, encuentro e intercambio de experiencias y buenas prácticas, en el que contamos, además, con la participación de profesionales expertos/as que nos ofrecen técnicas y estrategias para facilitar la tarea educativa de las familias asistentes.

Como novedad este año, para asistir a las sesiones organizadas dentro de este programa no es necesario inscribirse previamente, salvo que los participantes necesiten disponer del servicio de cuidados infantiles (que se prestará de manera gratuita, con un mínimo de 5 menores). Confiamos en que este cambio haga más fácil la organización familiar de todas las personas interesadas en participar, posibilitando la asistencia de todos y todas.

Para el segundo trimestre del año, hemos preparado nuevas propuestas:

- **¿La adolescencia de tu hijo/hija te confunde?**. Dirigido a familias con menores a partir de 12 años.

No te lo pierdas si quieres saber cómo resolver adecuadamente los conflictos y cómo construir relaciones respetuosas y saludables entre los miembros de la familia.

24 de abril de 17:00 a 19:00 horas en el IES Francisco Ayala.

- **i Juntos y con buen humor !** *Dirigido a familias con menores de entre 4 y 9 años (participación conjunta de adultos y menores).*

La risa y el sentido del humor nos ayudan a canalizar el estrés y las emociones del día a día. Por ello hemos preparado, para cerrar el curso, esta sesión de risoterapia en familia.

10 de mayo de 17:00 a 19:00 horas en la EI Los Tajetes.

- **Cuentos sobre la piel de tu hijo/a.** *Dirigido a familias con menores de entre 9 meses y 3 años (participación conjunta de adultos y menores).*

Participa y descubre cómo conectar con tu hijo o hija a través de sencillas técnicas de masaje.

23 de mayo de 17:00 a 18:30 horas en la EI Los Tajetes.

VERANEANDO EN... HOYO DE MANZANARES

Las Escuelas de Verano, realizadas durante las vacaciones estivales, son una oferta educativa pensada especialmente para los menores con el objetivo de apoyar todos los aspectos relacionados con su desarrollo a través del juego, el contacto con la naturaleza, la relación con los demás, etc. Además, suponen un apoyo más ante la necesidad que surge en muchas familias a la hora de compatibilizar las vacaciones escolares de sus hijos con su vida laboral.

Este programa se dirige a los niños y niñas que durante este curso escolar hayan estado escolarizados entre 1º de infantil y 6º de primaria. Además, podrán participar los y las menores que, habiendo cumplido los 3 años al inicio de la actividad, tengan control de esfínteres.

Durante el mes de julio se organizarán 5 ediciones semanales, no pudiendo inscribirse a los menores días sueltos:

- Del 1 al 5 de julio.
- Del 8 al 12 de julio.
- Del 15 al 19 de julio.
- Del 22 al 26 de julio.
- Del 29 de julio al 2 de agosto.

El servicio se prestará con un mínimo de 12 menores inscritos en cada semana.

Las actividades se desarrollarán de lunes a viernes en horario de 9:00 a 13:30 horas para los menores que no utilicen el servicio de comedor y hasta las 15:00 o las 16:30 horas para los participantes que utilicen el servicio de comedor, en el CEIP Virgen de la Encina. Además, existe la posibilidad de ampliar el horario desde las 7:30 o las 8:00 y hasta las 17:00 si hay demanda suficiente.

El precio de cada semana es de 52 € sin comedor y de 80 € con comedor (incrementados en 5 € por menor y semana por cada media hora de ampliación horaria). Existen descuentos para las inscripciones de varios menores de la misma unidad familiar.

El plazo de inscripción será entre el 6 y el 31 de mayo, de lunes a viernes de 9,00 a 14,00 horas en el Centro Municipal de Servicios Sociales (Avda. de la Paloma 11, tel. 91 856 78 74). Además, se podrá realizar la inscripción los lunes, en horario de 16,30 a 19,00 horas. Igualmente, las inscripciones se podrán formalizar a través de la sede electrónica de la mancomunidad (<https://sede.mancomunidad-tham.es>)

A partir del 29 de abril se podrá consultar la información completa y los formularios de inscripción en la página web de la Mancomunidad (www.mancomunidad-tham.es) y del Ayuntamiento (www.hoyodemanzanares.es).