

Relación de MUNICIPIOS que van a estar presentes exponiendo LA 2ª FERIA DEL MAYOR ACTIVO 2019 en la que mostrarán los trabajos y actividades que se desarrollan dentro sus “Programa Mayor Activo”:

MIÉRCOLES DÍA 10

BORNOS
LA LÍNEA
LOS BARRIOS
BARBATE
CADIZ
CHICLANA
JEREZ
UBRIQUE
ROTA
PRADO DEL REY

JUEVES DÍA 11

BORNOS
LA LÍNEA
LOS BARRIOS
BARBATE
CADIZ
CHICLANA
JEREZ
MEDINA SIDONIA
EL GASTOR
PUERTO REAL

Actividades A REALIZAR POR ALGUNOS DE LOS MUNICIPIOS EN VIVO Y EN DIRECTO DESDE SU STAND:

BORNOS:

Taller de Pines de pitos de caña para mostrar al público asistente el instrumento típico de carnaval pero realizados con goma-eva.

CHICLANA:

Talleres para cada día en el stand de Chiclana:

- **Horarios:**
 - Talleres de mañana: De 11.30 a 13.00 horas.
 - Talleres de tarde: De 16.30 a 18.00 horas.
- **Día 10:** (colectivos)
 - . Sancti-Petri:
 - Taller de mañana: nudos marineros (chicote, gaza y puño de mono).
 - Taller de tarde: entelado de tarros
- **Día 11:** (colectivos)
 - . Huerta del Rosario: ganchillo. Talleres de mañana.
 - . Soledad: crochet y patchwork. Talleres de tarde.

Venencia de “Vino Chiclanero”

Durante los dos días que dura la feria en el stand de Chiclana se venenciará “Vino Chiclanero” en horario de 12:00 a 13:00 horas para degustación de las personas asistentes.



JEREZ

- **Día 10:**
 - 12:00 h Demostración de taller de castañuelas.
 - 13:00 h Demostración taller de guitarra.
 - 16:00 h KARAOKE Centro de MAYores El Abuelo
 - 18:00 h Coro Centro Mayores Zona Sur
- **Día 11:**
 - 11:00 h. Demostración taller multilabores
 - 12:00 h Taller de ajedrez
 - 14:00 h Demostración taller de enrejado
 - 16:30 h Demostración taller lenguaje musical
 - 18:00 h Coros Centro Mayores San Benito y El Abuelo

MEDINA SIDONIA

Día 11 de abril en horario de 12:00 A 13:00 H : Taller de croché. (capacidad para unas 20 personas).
Exposición de árbol de Navidad de 2 mts de altura a croché.

- Durante todo el horario de la feria, además, se estarán realizando actividades promocionales de turismo del municipio.

PUERTO REAL

Día 11 :

- 12'00 h. Degustación pastelitos típicos de Puerto Real, la piñonera por cortesía de pastelería la Trufa de Francis Mel
- 17'00 h. Exposición de pintura de M^a Jesús García Guerrero
- 18'15 h. Carmen Pérez Orihuela, recita versos de su libro acompañada por Loli Lacalle.
- 18'15 h. Degustación pastelitos típicos de Puerto Real, la piñonera, por cortesía de pastelería la Trufa de Francis Mel

ROTA

Día 10> talleres:

- 11:30 a 13:00 h : ganchillo XXL
- 13:00 h.: Degustación “arranque roteño”
- 16:00 a 18:00 h : manualidades
- 17:00 h.: Degustación “mayetito” (postre típico roteño)
- Durante todo el horario de la feria, además, se estarán realizando actividades promocionales de turismo del municipio.

UBRIQUE

DEGUSTACIÓN Día 10 a las 17:00 h degustación de gañotes, dulce típico de Ubrique.



PROGRAMACIÓN ESCENARIO

HORA	MIÉRCOLES 10
12:00 a 12:30 h	<i>Bailes Deportivos del CPAPM "San Antonio" de Chiclana</i>
12:30 a 13:00 h	<i>Grupo de Animación y Teatro del CPAPM "San Antonio" de Chiclana</i>
13:00 a 13:30 h	<i>Grupo de Baile Flamenco "CPAPM" San Antonio" de Chiclana"</i>
13:45 a 14:15 h	<i>Taller de Sevillanas C.P.A. Cristina Buada de Rota</i>
	HORARIO ALMUERZO
15:00 a 15:30 h	<i>Grupo Flamenco "Coraje" de Benalup Casas Viejas</i>
16:00 - 16:30 h	<i>Coros Ganas de Vivir Y Coro Mil Colores ambos de C.P.A. Cristina Buada de Rota.</i>
16:30 A 17:00 h	<i>Bailes de Salón C.P.A. Cristina Buada de Rota</i>
17:00 a 17:30 h	<i>Coro del Centro Atunara de La Linea</i>
18:00 a 19:00 h	<i>orquesta fin de fiesta</i>
HORA	JUEVES 11
11:30 a 12:30 h	<i>GRUPO IPANEMA -Taller municipal de Baile -Los Barrios</i>
12:30 a 13:00 h	<i>Coro de Mayores y Pensionistas "Aires de la Mar" de Barbate</i>
13:00 a 13:45 h	<i>Coro de Mayores Activos San José del Valle</i>
	HORARIO ALMUERZO
17 a 17:30 h	<i>Asoc. De Mayores Huerta del Rosario de Chiclana de la Fra</i>
17:30-17:50 h	<i>Loli Lacalle, copla y melódica acompañada por Manuel Cañadas a la Guitarra, ambos de la Asociación de Jubilados de Puerto Real</i>
17:50 a 18:00 h	<i>Isabel Villalba de la Asociación de Jubilados de Puerto Real: recitará poesías.</i>
18:00 a 19:00 h	<i>Orquesta fin de fiesta</i>

OTRAS ACTIVIDADES FUERA DE ESCENARIO

Día 10 : POR PUERTA 2

12:00 h.: *Flash mob "Mi GENTE" de Bornos*

13:15 h.: *Coreografía de los Centros de Participacion Activa de Arcos de la Frontera*

Días 10 y 11

DÍA 10: ZONA DE GIMNASIA

11:00 a 11:30 **Exhibición de gimnasia de mantenimiento Centro de Participación Activa de la Atunara - La Línea**

11:30 A 12:00 **Gerontogimnasia del Centro de las Angustias de Jerez**

12:00 A 13:00 **Gerontogimnasia ROTA**

13:00 a 13:30 **Gimnasia terapéutica del Centro de Mayores del Ayuntamiento Benalup Casas Viejas**

Día 11: ZONA DE GIMNASIA

11:30 a 12:00h **Gerontogimnasia del CPA de Medina Sidonia**



SALA DE CONFERENCIAS

HORA	MIÉRCOLES 10 DE ABRIL
11:00 a 11:30 H.	<i>Situación de las personas mayores sordas en la provincia de Cádiz. Ponente: Alejandro Fernández Segura. Cargo: Adecosor de la Asoc. Prov. Gaditana de Personas Mayores Sordas (GAPEMASO).</i>
11:30 a 12:00 H.	<i>Charlas coloquio sobre Medio Ambiente y hábitos saludables a cargo D^a. M^a Encarnación Gómez (Comisión Medio Ambiente) y D. José Romero (Presidente del Centro de Mayores La Atunara de la Línea de la Concepción)</i>
12:00 a 12:30 H.	<i>Una Vida en Piel - Ubrique: exposición de marroquinería y conferencia</i>
12:30 a 13:00 H.	<i>Huerto Escolar del Mayor intergeneracional - Ubrique</i>
	HORARIO ALMUERZO
17:00 a 18:00 H.	<i>Nutrición efectiva y hábitos de alimentación saludables en personas mayores. (se obsequiará con muestras de MERITENE a todos los asistentes)</i>
18:00 a 18:30 H.	<i>Viajes Halcon: Circuitos Nacionales</i>

HORA	JUEVES 11 DE ABRIL
------	--------------------

11:30 A 12:30 H	<i>Policía Nacional: Jornada de seguridad para el colectivo de personas mayores. Peligros y delitos con mayor incidencia en las personas de edad avanzada.</i>
12:30 A 13:00 H	<i>Situación de las personas mayores sordas en la provincia de Cádiz. Ponente: Alejandro Fernández Segura. Cargo: Adecosor de la Asoc. Prov. Gaditana de Personas Mayores Sordas (GAPEMASO).</i>
13:00 A 13:30 H	<i>Viajes Halcón: Capitales Europeas</i>
	HORARIO ALMUERZO
17:00 a 18:00 H	<i>Curso de iniciación a la Lengua de signos Española". Ponente: Ana Ruíz Romero. Cargo: Adecosor de la Asociación de Personas Sordas de Jerez (APESORJE)</i>



ZONA DE ACTIVIDADES:

TALLERES:

Además dentro de la programación preparada, el visitante podrá disfrutar de las siguientes actividades y talleres:

PLANTAS AROMÁTICAS

- Aprenderemos a realizar: sales de baños con funciones terapéuticas, colonias, esencias, alcoholes, aceites terapéuticos, vaselinas, ungüentos, herbario natural.

ALIMENTOS

- Aprenderemos a elaborar productos de forma artesanal: pan, magdalenas, mermeladas...

DECORACIÓN DE BOLSAS:

- Crear una bolsa con la técnica *decoupage*, es decir, pegar una servilleta decorativa en el bolso y decorarla con pintura acrílica. Cada participante se llevará la suya.

SOBERANÍA ENERGÉTICA Y ALIMENTARIA:

- Punto fijo para aprender a realizar la lectura de la factura eléctrica
- Exposición: causas y consecuencias sociales y ambientales de nuestro modelo de consumo energético y alimentario
- Micro talleres de auto diagnóstico doméstico
- Dinámica: "la cesta de la compra"
- Demostración comida solar

CREARTE: se irán alternando las siguientes actividades:

- Creación de abalorios: pulseras y/o collares
- Mosaico con bolitas de papel
- Papiroflexia
- Marcapáginas
- Tarjetas de felicitación
- Mandalas
- Pintar en tela
- Abanico chino

MEMORIA: se alternarán los siguientes juegos:

- Memorizar parejas: conseguir parejas en el menor número de intentos posibles.
- Recuerdo visual: completar espacios vacíos de plantillas anteriormente memorizadas
- Lista de palabras: memorizar todas las palabras y repetirlas antes de que explote la bomba!
- Acertijos y adivinanzas: deberán conseguir la mayor puntuación de aciertos
- Acuérdate de mí: tras disfrazarse y quitarse el disfraz los concursantes deberán recordar las prendas que se utilizaron
- "Masquemente": recrear en una cuadrícula y patrón que se enseñó previamente



CIENCIAS

Se alternarán 3 talleres

- Bombas de baño (sales elaboradas por los participantes que después se llevan a casa)
- Elaboración de acuarelas (cada participante se lleva el color que haya realizado)
- Juegos lógicos matemáticos: *ábaco*, *tangram* y juegos de atención y memoria.

HIGIENE POSTURAL, DEFENSA PERSONAL Y RELAJACION:

- Defensa personal: se realizarán supuestos de agresión-forcejeo, y exposición práctica para enfrentarlos y solucionarlos
- Higiene postural: se enseñará a corregir malas posturas cotidianas que provocan lesiones crónicas debido a la repetición.
- Técnicas de relajación: *mindfulness* y consciencia mental.

CUIDADO DE LOS PIES:

- Conocer el tipo de huella > cava/plana/normal
- Escarpología: se observa el desgaste de la suela
- Valoración de la musculatura intrínseca
- Autoexploración: se enseña a evaluar zonas de difícil acceso como las plantas de los pies y la zona externa de los mismos.
- Pacientes de riesgo: personas con diabetes
- Curiosidades del pie/ charla – coloquio sobre curiosidades de los pies.

REPOSTERÍA CREATIVA:

- elaboración de pasteles artesanales sin azúcar y chocolate sin azúcares, manejo de fondant y talleres de decoración.

PHOTOCALL: para llevar la foto de recuerdo totalmente gratis.

PINTURA: Este taller gracias a la colaboración de **Bricopinturas**.

PELUQUERÍA, MAQUILLAJE Y UÑAS

TALLERES DE “CAIXABANK”

- La Marcha Nórdica o *Nordic Walking* : El Camino hacia la salud ideal para personas mayores (todos los asistentes recibirán un obsequio de regalo).

Primera --- día 10 en horario de mañana 12:00 h a 13:00 h

Segunda--- día 10 en horario de tarde 17:00 h a 18:00 h

Tercera ---- día 11 en horario de mañana 12:00 h a 13:00 h.

En el stand de la entidad



TALLERES DE CRUZ ROJA

a. ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DIRIGIDAS A MAYORES, ATENDIDAS POR PERSONAL ESPECIALIZADO CONSISTENTES EN:

1.ACTIVIDADES PSICOMOTORAS FINAS

- Objetivo general: Mostrar actividades que se desarrollan en los diferentes proyectos de Cruz Roja Española para fomentar las habilidades de motricidad fina.

2.ACTIVIDADES SENSORIALES

- Objetivo general: mostrar actividades que se desarrollan en los diferentes proyectos de Cruz Roja Española para desarrollar la capacidad de procesar e integrar la información sensorial y proporcionar una base para mejorar la independencia y la participación en las actividades de la vida cotidiana.

3.ACTIVIDADES LÚDICAS

- Objetivo general: mostrar las actividades con componente lúdico que se desarrollan en los diferentes proyectos de Cruz Roja Española a través de los cuales se pretende obtener beneficios a nivel funcional, social y cognitivo.

TALLERES OFRECIDO EN SU ESPACIO POR LA **ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER Y GAPEMASO**
(Asoc. Gaditana de Personas Mayores Sordas)

ZONA RECREATIVA

MINIFERIA: con pequeñas casetas para tirar a diana, pescar patitos, dardos, aros, canastas...

ZONA DEPORTIVA

TIRO CON ARCO

COCHES A PEDALES

MINIGOLF

JUEGOS DE ANTAÑO: petanca, chapas y tabas

Otros servicios:

- **SERVICIO DE GUARDARROPA.**
- **SERVICIOS MÉDICOS ATENDIDOS POR CRUZ ROJA ESPAÑOLA.**

Nota: Este programa podrá sufrir alguna modificación en horario o contenido por razones ajenas a la organización.



AGRADECIMIENTOS

CRUZ ROJA
CUERPO NACIONAL DE POLICÍA
PINTURAS BRICO
ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER
GAPEMASO (Asoc. Gaditana de Personas Mayores Sordas)
MERITENE Y AUSONIA
REVISTA ENTREMAYORES

EXPOSITORES

CAIXABANK
EKO
LECHE SUPREMA (ASTURIANA-ESPECIAL MAYORES)
AQUILEA
GÓMEZ-BESER
GAES
VIAJES HALCÓN
DESCANSOLANDIA
PEPEJIME
QUESOS Y EMBUTIDOS IBÉRICOS
BODEGAS MASET
FERCAR

