

PROGRAMA TU COLEGIO TE ACTIVA Octubre 2026 - Junio 2027

INDIQUE EN QUÉ ACTIVIDAD ESTÁ INTERESADO/A y ENVÍE ESTE DOCUMENTO A:
tecuidamos@mevefares.com o contacte con el teléfono 923347195
También puede entregarlo en C/Azafranal, 18. Pasaje. Local Ayúdate

Nombre: _____

Apellidos: _____

DNI: _____

Teléfono: _____

Email: _____

Su Colegio profesional: Médicos ☐ Veterinarios ☐ Farmacéuticos ☐ Dentistas ☐

ACTIVIDAD EN LA QUE ESTÁ INTERESADO/A:

- ☐ **Gimnasia de mantenimiento:** Realización de ejercicios aeróbicos encaminados a mejorar la movilidad articular. (2 horas a la semana) En el Colegio de Farmacéuticos.
- ☐ **Grupo 1:** Lunes y miércoles, de 10:00 a 11:00 h. 39€/mes
 - ☐ **Grupo 2:** Martes y jueves, de 10:00 a 11:00 h. 39€/mes
- ☐ **Pilates, control corporal:** Ejercicios de bajo impacto donde mayoritariamente se utiliza el peso del cuerpo para ejercitar la musculatura. Se centra en el desarrollo de los músculos internos para mantener el equilibrio corporal y dar estabilidad y firmeza. En el Colegio de Farmacéuticos
- ☐ **Grupo 1:** Viernes de 10:00 a 11:00. (1 hora a la semana). 23€/mes.
- ☐ **Yoga:** Actividad basada en la realización de ejercicios de respiración y técnicas de relajación que ayudan a mejorar la flexibilidad, el equilibrio, la movilidad y el bienestar general. En el Colegio de Farmacéuticos..
- ☐ **Grupo 1:** Lunes y miércoles de 11.30 a 12.30h. (2h a la semana) 39€/mes
 - ☐ **Grupo 2:** Viernes de 11.30 a 12.30h (1h a la semana) 25€/mes
- ☐ **Baile Latinos Senior:** Mejora la movilidad, el equilibrio y la salud cardiovascular, al tiempo que estimula la mente y fomenta nuevas conexiones sociales. En el Colegio de Farmacéuticos.
- ☐ **Grupo 1:** Jueves de 18.30 a 19.30h. (1 hora a la semana). 28 €/mes
- ☐ **Taller de Memoria:** Talleres de memoria es el nombre que reciben popularmente las actividades de estimulación cognitiva en grupo. La principal finalidad de este tipo de intervención es optimizar el funcionamiento de la memoria, ya que la edad avanzada suele dificultar su rendimiento.. En el Colegio de Médicos.
- ☐ **Grupo:** Miércoles de 10.30 a 12.00. (1,5 horas a la semana) 39€/mes
 - ☐ **Grupo:** Miércoles de 12.15 a 13.45. (1,5 horas a la semana) 39€/mes

- ☐ **Taller de Independencia digital:** Curso donde se obtendrán conocimientos de manejo de tablets, móviles, internet. en el Colegio de Médicos.
- ☐ **Grupo 1:** Martes de 10.30 a 12.00h (Android). (1.5horas a la semana) 38€/mes
 - ☐ **Grupo 2:** Martes de 12.15 a 13.45h (Android) (1.5horas a la semana) 38€/mes
 - ☐ **Grupo 3:** Jueves de 10.360 a 12.00h (IOS) (1.5horas a la semana) 38€/mes
- ☐ **Tutorías digitales personalizadas**
Atención individual para resolver dudas y necesidades relacionadas con el entorno digital: uso de móvil y tablet, aplicaciones, certificado digital, trámites online, configuración de dispositivos, seguridad y otras consultas tecnológicas. Servicio bajo demanda y presupuesto previo. La persona nos indica su necesidad, valoramos la consulta y, una vez aceptado el presupuesto, concertamos una tutoría personalizada.
- ☐ **Para solicitar una tutoría, contactar en:**
Teléfono: 923 34 71 95
WhatsApp: 640 50 36 18
- ☐ **Brain training:** nunca es tarde para aprender INGLÉS (Consultar horarios en Academia English's Fun. C/ Plaza del Santo, 1. Tfno. 923346141/661619922).
Descuento para miembros de Mevefares

Nº de cuenta IBAN para domiciliar el pago de las tres primeras actividades:

E	S																		
---	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

AVISO IMPORTANTE: Para darse de baja de una actividad es necesario comunicarlo por teléfono, por escrito o directamente en nuestras oficinas. En caso de no hacerlo por alguna de estas vías, se procederá al cobro de la mensualidad, incluso si no se ha asistido a la actividad.

Firmado:

D.N.I.:

En cumplimiento de la normativa vigente en materia de protección de datos de carácter personal, el Reglamento UE 2016/679, de 27 de abril del Parlamento Europeo y del Consejo (RGPD), la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de Diciembre, de Protección de Datos Personales y Garantía de los Derechos Digitales (LOPDGDD), resto de normativas actuales; y la Ley 34/2002, de 11 de Julio, de Servicios de la Sociedad de la Información y del Comercio Electrónico (LSSICE), le informamos que los datos personales que nos ha facilitado, han sido incluidos en el sistema de tratamiento de la información del Responsable del Tratamiento, en adelante RT. Asimismo, le informamos que el RT guardará y utilizará estos datos con la finalidad de realizar gestiones administrativas, así como de remitirle información comercial de sus servicios y promociones. Finalmente, le informamos que si no desea recibir más información, podrá ejercitar gratuitamente los derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición, portabilidad, limitación del tratamiento, (art. 13 del RGPD, y el art. 12 de la LOPDGDD), dirigiéndose a Fundación Mevefares, C/ Bientocadas, 7, Salamanca, 37002, SALAMANCA, mediante comunicación por escrito o mediante correo electrónico a la dirección fundacionmevefares@mevefares.com, indicando en la comunicación la concreción de la petición y acompañada de los documentos acreditativos. También puede presentar reclamación ante la AEPD.