

## CALLES DE NATACIÓN EN PISCINAS DE VERANO

### CALLES DE NATACIÓN

CDM	Horario
ACTUR	Toda la jornada todos los días
GRAN VIA	De lunes a viernes toda la jornada y en fin de semana de 10:30 h.a 15:30 horas
LA CARTUJA	De lunes a viernes toda la jornada y en fin de semana de 10:30 a 14:30 horas
LA GRANJA	De lunes a viernes toda la jornada y en fin de semana de 10:30 h.a 14:30 horas
LA JOTA	De lunes a viernes de 10:30 a 15:00 h
MOVERA	De lunes a viernes de 10:30 a 15:00 h.
PEÑAFLORES	De lunes a viernes de 10:30 a 15:00 h
SALDUBA	De lunes a viernes toda la jornada y en fin de semana de 10:30 h.a 15:30 horas
SAN JUAN MOZARRIFAR	De lunes a viernes de 10:30 a 15:00
TORRERO	2 calles de natación durante todo el horario de apertura de lunes a viernes
VALDEFIERRO	De lunes a viernes, de 10:30 a 15:00 h.

## DÍA DE PUERTAS ABIERTAS

CDM	Fecha	CDM	Fecha
ACTUR	A determinar	SANTA ISABEL	14 de julio
A. MAESTRO	A determinar	TORRERO	11 de junio
DELICIAS	A determinar	VALDEFIERRO	A determinar
GRAN VÍA	24 de junio	CASSETAS	A determinar
CIUDAD JARDIN	A determinar	GARRAPINILLOS	14 de julio
LA GRANJA	A determinar	LA CARTUJA	A determinar
MOVERA	20 de junio	MONZALBARBA	A determinar
LA JOTA	A determinar	PEÑAFLORES	A determinar
MIRALBUENO	A determinar	SAN GREGORIO	A determinar
OLIVER	A determinar	SAN JUAN	24 de junio
SALDUBA	A determinar	MOVERA	A determinar

## NATACIÓN VERANO

Es una actividad organizada por ZDMSA que se llevará a cabo de lunes a viernes, excepto festivos, las fechas serán:

- Cursos en piscinas Urbanas:
  - Julio 2022: del 4 al 29 ambos incluidos (40 minutos sesión infantil, y 45 minutos sesión adultos)
  - Agosto 2022: del 1 al 26 ambos incluidos, (40 minutos sesión infantil, y 45 minutos sesión adultos)
- Cursos en piscinas del Área Periférica:
  - 1 Turnos de cuatro semanas en horario de tarde:

Junio-Julio 2022: del 13 de junio al 8 de julio, (40 minutos sesión infantil, y 45 minutos sesión adultos)

### URBANOS

#### MES DE JULIO

EIDADES	INFANTILES 1 Y 2										ADULTOS	
	Infantil II	Infantil I	Infantil II	Infantil I	Infantil II	Infantil I	Infantil II	Infantil I	Infantil II	Infantil I	Iniciacion Adultos	Adultos Avanzado
<b>HORARIOS CURSILLOS</b>	11,15-11,55	11,15-11,55	12,00-12,40	12,00-12,40	12,45-13,25	12,45-13,25	13,30-14,10	13,30-14,10	16,15-16,55	17,00-17,40	19,45-20,30	19,45-20,30
C.D.M ACTUR	9	16	9	16	9	16	9	16			9	
A. MAESTRO	9	8	9	8		16	9	8				9
C. SALDUBA			9	8	9	8	9	8			9	
C.D.M DELICIAS	9	16	9	16	9	16					9	
C.D.M GRAN VIA	9			8		8		8				9
LA GRANJA	9	8	9	8	9	8		16				
C.D.M LA JOTA	9	8	9	8	9	8		16				
SANTA ISABEL	9	8	9	8		16		16				
C.D.M TORRERO			9			8		8				9
VALDEFIERRO			9	8		16		16				

#### MES DE AGOSTO

##### AGOSTO

EIDADES	INFANTILES 1 Y 2						ADULTOS	
	Infantil II	Infantil I	Infantil II	Infantil I	Infantil I	Infantil II	Iniciacion Adultos	Adultos Avanzado
<b>HORARIOS CURSILLOS</b>	11,15-11,55	11,15-11,55	12,00-12,40	12,00-12,40	12,45-13,25	13,30-14,10	19,45-20,30	19,45-20,30
C.D.M ACTUR	9	8	9	8	16	9		9
A. MAESTRO	9			8	8			9
C. SALDUBA	9			8	8	9	9	
C.D.M DELICIAS	9			8	8	9	9	
C.D.M GRAN VIA	9			8	8	9		9
LA GRANJA	9			8	8			
C.D.M LA JOTA	9	8	9	8	16			
SANTA ISABEL	9			8	8	9		
MIRALBUENO	9			8				

## ÁREA PERIFÉRICA

MES JUNIO-JULIO

CUATRO SEMANAS								
DEL 13 de JUNIO al 8 de JULIO								
TARDES								
EDADES	Infantil II	Infantil I	Infantil I	Infantil I	Infantil II	Infantil II	Iniciacion Adultos	Adultos Avanzado
HORARIOS CURSILLOS	16:00-16:40	16:00-16:40	16:45-17:25	17:30-18:10	17:30-18:10	18:15-18:55	19:00-19:45	19:45-20:30
LA CARTUJA		8	8		9	9		
PEÑAFLORES	9		8	8		9		
C.D.M SAN JUAN	9		8	8		9		
C.D.M MOVERA		8	8		9	9	9	9
MONZALBARBA		8	8		9	9		
SAN GREGORIO	9		8	8		9		

## GIMNASIA ACUÁTICA PARA MAYORES

### OLIVER

Esta actividad está organizada por el PIBO y se desarrolla en el CDM Oliver. La duración será desde el 4 al 29 de julio.

Serán 4 grupos que irán dos días por semana.

DIAS	HORARIOS
LUNES-MIERCOLES	10,45-11,15
VIERNES	11,20-11,50
	11,55-12,25

### VALDEFIERRO

Esta actividad está organizada conjuntamente por la Junta de Distrito Oliver-Valdefierro y la Unidad Técnica deL Centros de Convivencia de Valdefierro y se desarrolla en el CDM Valdefierro.

DIAS	HORARIO
M-J del 28/6 a 28/7	11,10 a 12,55

### SAN JUAN DE MOZARRIFAR

Esta actividad está organizada por la Junta Vecinal de San Juan de Mozarrifar y se desarrolla en el CDM de San Juan de lunes a jueves en horario de 11:00 a 12:00

Las fechas son las siguientes:

- Segunda quincena de junio
- Segunda quincena de julio
- Mes de agosto

## **PEÑAFLOR**

Esta actividad está organizada por el Centro de Mayores Montañana y Peñaflor y se desarrolla en el CDM de Peñaflor martes y jueves en horario de 10:30 a 12:00. Las fechas son las siguientes:

- Desde el martes 28 de junio al martes 30 de agosto

## **PISCINAS SALUDABLES**

Las piscinas municipales se convierten en **espacios de ocio** para los ciudadanos durante los calurosos meses de verano de nuestra ciudad, **y deben ser el espacio de referencia para integrar los hábitos saludables en las rutinas diarias**, a través de acciones de sensibilización y actividades concretas relacionadas con la salud. Con carácter semanal en **5 piscinas** (Delicias, Alberto Maestro, Actur, La Granja y Valdefierro) y en colaboración con diferentes entidades se realizarán acciones de sensibilización bajo el programa "Piscinas Saludables" con cuatro pilares importantes:

- 1- Protección de la piel "**Sol sin Riesgo**" (martes)
- 2- **Espacios sin humo** (jueves)
- 3- **Ejercicio para la Salud** (viernes)
- 4- **Alimentación saludable** (viernes)

Se instalará un **stand informativo** (y se almacenará en una piscina durante toda la semana) y se realizarán **acciones concretas para sensibilizar a los usuarios** de las piscinas. Entre estas acciones se incluye el reparto de material divulgativo, exposición de cartelería y actividades físicas en el agua.

Se trata de la primera edición de una campaña que abarca cuatro pilares básicos de la salud y que se realiza en **coordinación** con la Asociación Española contra el Cáncer, el Colegio Oficial de Farmacéuticos, el Colegio Oficial de Educadores Físicos Deportivos y la asociación Relate de pacientes cardioactivos. Colaboraremos también en la Estrategia de Alimentación Saludable del Ayuntamiento de Zaragoza.

Uno de los aspectos más trascendentales del "uso activo" de nuestras piscinas, es la **puesta a disposición de las calles para el nado libre**.

La planificación de las acciones sigue un **patrón semanal**, realizándose en 5 piscinas, según el siguiente **calendario** (sujeto a modificaciones):

	<b>SOL SIN RIESGO</b>	<b>ESPACIOS SIN HUMO</b>	<b>ACTIVIDAD FÍSICA Y ALIMENTACIÓN SALUDABLE</b>
	<b>MARTES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>
<b>CDM DELICIAS</b> (Del 27/06 al 1/07)	<b>28 junio</b>	<b>30 junio</b>	<b>1 julio</b>
<b>CDM A. MAESTRO</b> (Del 4/07 al 8/07)	<b>5 julio</b>	<b>7 julio</b>	<b>8 julio</b>
<b>CDM ACTUR</b> (Del 11/07 al 15/07)	<b>12 julio</b>	<b>14 julio</b>	<b>15 julio</b>
<b>CDM LA GRANJA</b> (Del 18/07 al 22/07)	<b>19 julio</b>	<b>21 julio</b>	<b>22 julio</b>
<b>CDM VALDEFIERRO</b> (Del 25/07 al 29/07)	<b>26 julio</b>	<b>28 julio</b>	<b>29 julio</b>

Todas las acciones a realizar necesitan **recursos** que habrá que coordinar (sobre todo en lo referente al almacenaje semanal) con las entidades organizadoras, siendo algunos de ellos la cartelería, folletos, mesas y sillas, stand con toldo, equipo de megafonía, material divulgativo, etc.

Se incluye la posibilidad de facilitar el acceso gratuito a diferentes usuarios que accedan de la mano de las entidades organizadoras (máximo de 15 adultos/día). Se informará del protocolo de acceso.

## **ACCESO PISCINAS COMO GRUPOS ORGANIZADOS**

Este programa tiene como objetivo regular las solicitudes de entidades y empresas que solicitan acceder a las piscinas con el ratio 1-10 y que no reúnen los requisitos de Grupos de Infancia ni de Campus Deportivo. Actividad de lunes a viernes.

Tendrán que solicitarlo por correo electrónico aportando los siguientes datos:

- Entidad solicitante y número de CIF
- Calendario y horario de acceso
- Datos de los monitores (siempre titulados). Número de participantes y monitores
- Proyecto de la actividad.
- Precio de la actividad por participante

## **BIBLIOTECA EN LAS PISCINAS**

Este año el Patronato Municipal de Educación y Bibliotecas va a colocar puntos de lectura e intercambio de libros en las siguientes Piscinas Municipales.

CDM Salduba Carrito con Libros  
CDM La Cartuja Carrito con Libros  
CDM La Granja Carrito con Libros  
CDM San Juan de Mozarrifar Carrito con Libros

## **DIA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS REFUGIADAS 19 DE JUNIO**

Este programa organizado por Cruz Roja en Zaragoza tiene como objeto la sensibilización de los más pequeños y sus familias sobre el problema de las personas refugiadas. Para ello se van a desarrollar dos acciones un cuentacuentos y una Gymcana.

Se pasarán por los centros donde se desarrolla el acto un responsable de Cruz Roja Zaragoza para coordinar el mismo. Se reservará una pista exterior para la realización del mismo u otro espacio que se considere adecuado por parte de la dirección del centro.

<b>CENTRO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>HORARIO</b>
CDM ALBERTO MAESTRO	Cuentacuentos Gymcana	12:00 a 13:00 18:00 a 19:30
CDM GRAN VÍA	Cuentacuentos Gymcana	12:00 a 13:00 18:00 a 19:30
CDM LA GRANJA	Cuentacuentos Gymcana	12:00 a 13:00 18:00 a 19:30