

1 FEB Talleres de Estimulación Cognitiva

Dirigidos a personas que presenten deterioro cognitivo. Grupos muy reducidos. IMPARTE: Iñaki Olivar. Terapeuta Ocupacional.

**15% subvencionado por el COMZ*

LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ. Pº Ruiseñores, 5

CALENDARIO: Los Lunes y viernes, del 1 de febrero al 29 de marzo

· GRUPO A: 11:30h a 12:15h · GRUPO B: 12:15h a 13:00h

PRECIO: 159€ **DURACIÓN:** 16 sesiones

SOLICITA VALORACIÓN PREVIA GRATUITA SIN COMPROMISO

6 FEB Sesión informativa: “Servicio de ayuda a domicilio. Agencia de colocación”

¿Necesitas un auxiliar de ayuda a domicilio para la limpieza del hogar o apoyo en el cuidado personal? La Fundación Canfranc, a través de su agencia de colocación, ofrece su servicio de contratación de personal y gestión profesional y eficiente. Acércate a conocerlo.

Imparte: Maika Pérez. Economista. Directora de la Agencia de Colocación.

LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ. Pº Ruiseñores, 5

· FECHA Y HORA: Miércoles, 6 de febrero a las 17:00H

DURACIÓN: 1 hora y ½

ENTRADA LIBRE PREVIA INSCRIPCIÓN

25 ENE Espacio de Meditación

NUEVO

A la pregunta: ¿Qué has ganado con la meditación? El maestro respondió:

“Nada. Sin embargo, te digo que he perdido la ira, la ansiedad, la depresión, la inseguridad y el miedo a la vejez y a la muerte”.

Imparten: Consuelo Lou y Valvanera Gómez de Segura

1ª REUNIÓN INFORMATIVA: Viernes 25 enero a 10:15H

LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ. Pº Ruiseñores, 5

· **CALENDARIO:** Viernes, del 25 enero al 6 abril

HORARIO: 10:15 a 11:00 (Pasadas las 10:15 no se permite el acceso a la sala)

PRECIO: Gratuito **PLAZAS:** 40

ENTRADA LIBRE HASTA COMPLETAR AFORO

Comisión de Acción Social

PAS YAD

AGENDA
Sociocultural

Senderismo

Excursiones

Formación

Salud

enero | marzo

2019



INSCRIPCIONES

SEDE BIBLIOTECA JOSÉ RAMÓN MUÑOZ

Pº Ruiseñores 5

HORARIO: 10:00 a 13:00

Teléfono: 976 36 93 55 (Trabajadora social)

accionsocial@comz.org

www.comz.org



COLEGIO OFICIAL
DE MÉDICOS
DE ZARAGOZA

26 ENE Senderismo: "Andarines del COMZ"

Grupo abierto a todos los colegiados, familiares y amigos. Ahora también Rutas entre semana. Recibirás toda la información por e-mail unos días antes de cada salida.

· 1ª RUTA: Sábado 26 enero "Retuerta de Pina" 12 km llanos por uno de los sabinares mejor conservados de los Monegros

· 2ª RUTA: Sábado 16 febrero "Camino natural del Ebro a La Cartuja" 10 km

· 3ª RUTA: Sábado 23 marzo "Aguarales de Valpalmas" 14 km

INSCRIPCIONES: Indicar nombre, nº col, mail a accionsocial@comz.org

21 ENE Taller Activa-Mente - 2 Grupos

Para adquirir estrategias memorísticas y mantener la mente activa.

*Actividad abierta a todo el público. Imparte: Iñaki Olivar.

**15% subvencionado por el COMZ*

LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ. Pº Ruiseñores, 5

· CALENDARIO GRUPO A: Los lunes, 21 enero al 27 mayo

· CALENDARIO GRUPO B: Los viernes, del 8 febrero al 31 mayo

Solicitar calendario a la trabajadora social. DURACIÓN: 30 sesiones

HORARIO: De 10:00 a 11:30h. PLAZAS: 14 (preferencia alumnos actuales)

PRECIO: 96€ (beneficiarios) 113€ (Resto)

INSCRIPCIONES: 17 y 18 enero

1 FEB Salud y deporte

Programa personalizado: Natación, fitness, pilates, acuáticas, yoga...

Balneario: Baño turco, sauna, jacuzzis, chorros...

**6% subvencionado por el COMZ y Matrícula gratuita*

LUGAR: Club Metropolitan. 2 Centros disponibles:

· ROMAREDA C/ Gonzalo Calamita, s/n (Junto al H. Miguel Servet)

· PARAÍSO Residencial Paraíso, 10

FECHA Y HORA: Asistencia libre de lunes a viernes, del 1 febrero al 30 de abril, de 7:00 a 13:00h. (horario de entrada). Sábados, domingos,

festivos de 9:00 a 22:00 horas. PRECIO: 156€ (3 meses)

INSCRIPCIONES: Hasta 28 enero *Solicita Hoja de Condiciones

BENEFICIARIOS: COLEGIADOS JUBILADOS, CÓNYUGES O VIUDOS. *SALVO ACTIVIDADES EN LAS QUE SE ESPECIFICAN OTROS PÚBLICOS.

9 MAR Excursión a Monzón y Barbastro

Visita al Castillo templario y la Catedral de Monzón. Comida en Barbastro y visita a la Catedral y Museo Diocesano de esta localidad de la comarca del Somontano.

*Cada colegiado puede ir con 1 acompañante aunque este no sea beneficiario.

**Transporte subvencionado por el COMZ*

FECHA: Sábado, 9 de marzo

HORA Y LUGAR DE SALIDA: 8:25h Museo Pablo Serrano

REGRESO: 20:00h aprox. PLAZAS: 50 PRECIO: 26€

INSCRIPCIÓN: Del 12 al 25 febrero (Presencial)

28 FEB Visita guiada: Dalí Atómico

Un análisis en profundidad de Leda atómica, una pintura clave de Dalí durante su periodo en Estados Unidos que ejemplifica su giro artístico marcado por la ciencia atómica y la física nuclear.

FECHA: Jueves, 28 de febrero

HORA Y LUGAR: 11:55h CaixaForum C/ Anselmo Clavé, 4

PRECIO: 2.50€ PLAZAS: 25 DURACIÓN: 1 hora

INSCRIPCIONES: Del 12 al 25 febrero

MAR Visita guiada: Joyas de un patrimonio

FECHA: Por determinar (finales de marzo)

HORA Y LUGAR: 10:55h Palacio de Sástago C/ Coso, 44

PRECIO: Gratuita PLAZAS: 25 DURACIÓN: 1 hora y media

INSCRIPCIONES: Del 12 al 25 febrero

13 MAY VIAJE A PARÍS

Seis días para visitar lugares emblemáticos y otros menos conocidos de la eterna París alojados en céntrico hotel 4 estrellas.

FECHA DEL VIAJE: mediados mayo, aproximadamente PLAZAS: 50

DOSSIER COMPLETO: Disponible a partir del 30 de enero PASYAD

REUNIÓN INFORMATIVA AGENCIA DE VIAJES: 6 de febrero - 11:00H

INSCRIPCIONES PARA SORTEO PLAZAS: 12 al 26 febrero Presencial

SORTEO DE PLAZAS: Viernes, 1 marzo 17:00 horas.

RESULTADO DEL SORTEO: En tablón del PASYAD desde el 6 de marzo.

INSCRIPCIONES Y ABONO: Del 6 al 12 de marzo.





4 FEB Curso Inglés. Varios Niveles

Puedes acudir a una clase de prueba gratis y sin compromiso avisando a la trabajadora social previamente. Imparte: Janis Tjarve

**15% subvencionado por el COMZ*

LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ

- CALENDARIO INICIACIÓN: Lunes 4,11,18,25 febrero; 11,18,25 marzo; 2,9 abril HORARIO: De 12:15 a 13:45H.
- PRECIO: 88€ DURACIÓN: 13H Y ½ PLAZAS: 10
- CALENDARIO MEDIO: IDEM 18H De 10:00 a 12:00H PRECIO: 112€
- CALENDARIO CONVERSACIÓN: Martes 5,12,19,26 febrero; 12,19,26 marzo; 2,9 abril
- HORARIO: De 10:15 a 12:15H PRECIO: 112€ DURACIÓN: 18H
- INSCRIPCIONES: Del 23 al 28 de enero

6 FEB Curso Francés Conversación - 2 Grupos

Puedes acudir a una clase de prueba. Imparte: Marina Sopesens.

**15% subvencionado por el COMZ*

LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ. Pº Ruiseñores, 5

- CALENDARIO GRUPO A: Miércoles, 6,13,20,27 febrero; 6,13,20,27 marzo; 3,10 abril de 10:00H a 12:00H
- DURACIÓN: 20H PRECIO:122€ (Preferencia alumnos actuales)
- CALENDARIO GRUPO B: Jueves 7,14,21,28 febrero; 7,14,21,28 marzo; 4,11 abril de 9:40H a 11:40H
- DURACIÓN: 20H PLAZAS: 10 PRECIO:122€
- INSCRIPCIONES: Del 23 al 28 de enero

19 FEB Curso Alemán. Iniciación

Puedes acudir a una clase de prueba. Imparte: Klaus Dillenberger

**15% subvencionado por el COMZ*

LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ. Pº Ruiseñores, 5

- CALENDARIO: Martes 19,26 febrero; 12,19,26 marzo; 2,9,16,30 abril; 7 mayo HORARIO: De 17:00 a 19:00H.
- PRECIO: 90€ PLAZAS: 10 DURACIÓN: 20 horas
- INSCRIPCIONES: Del 23 enero al 11 febrero

BENEFICIARIOS: COLEGIADOS JUBILADOS, CÓNYUGES O VIUDOS. *SALVO ACTIVIDADES EN LAS QUE SE ESPECIFICAN OTROS PÚBLICOS.

5 FEB Aula didáctica: Martes de HISTORIA DEL ARTE

Imparte: Dª. Carmen Baguer Alcalá

- Martes 5 febrero: "El Arte Gótico I"
- Martes 19 febrero: "El Arte Gótico II"
- Martes 12 marzo: "El Arte Gótico III"



20 MAR Aula didáctica: Miércoles de NATURALEZA

- Miércoles 20 marzo: *Por determinar Dr. Miguel Ángel Bielsa Rodrigo*
- Miércoles 27 marzo: "Setas y sellos I" Dr. Plácido Royo Goyanes
- Miércoles 3 abril: "Primavera y setas" D. Ángel Leiva Portal



24 ENE Aula didáctica: Jueves de MÚSICA

Imparte: Dª. Pilar López Mora

- Jueves 24 enero: "Ópera Belcantista"
- Jueves 14 febrero "Música taurina" Dr. Antonio Gascón
- Jueves 21 febrero: "Ópera Romántica"
- Jueves 21 marzo: "Ópera Postromántica"



AULAS DIDÁCTICAS

- LUGAR DE REALIZACIÓN: Sede Biblioteca. Pº Ruiseñores 5
- HORARIO: 12:00 - 13:30
- PRECIO: Gratuito · PLAZAS: 40

ENTRADA LIBRE PARA BENEFICIARIOS HASTA COMPLETAR AFORO

16 OCT Cursos de Ajedrez. Varios Niveles

Un juego destacadamente intelectual que requiere concentración, cálculo y capacidad de análisis. Imparte: Dr. Mario Paz Castro



LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ. Pº Ruisseños, 5

· **CALENDARIO AJEDREZ I:** Martes, 16 octubre al 21 mayo

HORARIO: De 12:30 a 14:00H. **PRECIO:** Gratuito

· **CALENDARIO AJEDREZ II:** Viernes, 19 octubre al 24 mayo

HORARIO: De 11:45 a 13:30H.

PRECIO: Gratuito (preferencia alumnos actuales) **PLAZAS:** 14

INSCRIPCIONES: Consulte en la oficina del PASYAD

16 OCT Club de Ajedrez

NUEVO

Si ya sabes jugar, apúntate a nuestro Club de Ajedrez. El COMZ te ofrece un espacio para continuar practicando este noble juego de competición.

Para acceder al mismo será necesario que previamente te inscribas al club facilitando tu nº colegiado y correo electrónico.

*Entrada libre para los inscritos hasta completar aforo.

LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ. Pº Ruisseños, 5

· **CALENDARIO:** Todos los jueves hasta el 27 de junio

HORARIO: De 17:00 a 19:00H. **PRECIO:** Gratuito

INSCRIPCIONES: accionsocial@comz.org

15 OCT Taller de dibujo y pintura

Técnicas artísticas (óleo, acuarela, acrílico, etc.) para adultos con o sin conocimientos previos. Se proporcionan materiales básicos.

Imparte: Eva Laña. Licenciada en Bellas Artes

**15% subvencionado por el COMZ*

LUGAR: Escuela de Arte Naxos. C/ La Paz, 16 Local Izda.

FECHA Y HORA: Asistencia libre de lunes a viernes, del 1 de febrero al 30 de abril a elegir franja: 9:30 a 11:30 ó 11:30 a 13:30 horas.

PRECIO: 128€ **PLAZAS:** 15 (preferencia alumnos actuales)

INSCRIPCIONES: Del 23 al 28 de enero

BENEFICIARIOS: COLEGIADOS JUBILADOS, CÓNYUGES O VIUDOS. *SALVO ACTIVIDADES EN LAS QUE SE ESPECIFICAN OTROS PÚBLICOS.

8 NOV Curso de Teatro · 2 Grupos

Grupo de personas que se reúnen para experimentar, investigar y crecer con las infinitas posibilidades que nos brinda el teatro.

Imparte: Javier Casado. Actor, director y profesor de teatro.

**15% subvencionado por el COMZ*

LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ. Pº Ruisseños, 5

· **CALENDARIO GRUPO A:** Jueves, 21,28 febrero; 7,14,21,28 marzo; 4,18 abril **DURACIÓN:** 12H **HORARIO:** De 12:10 a 13:40H. **PRECIO:** 51€

· **CALENDARIO GRUPO B:** Jueves, IDEM **HORARIO:** 10:30 a 12:00H.

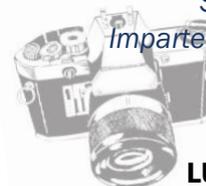
DURACIÓN: 12H **PRECIO:** 51€

INSCRIPCIONES: Del 23 enero al 11 febrero

23 OCT Talleres de Fotografía del COMZ

Solo precisas una cámara y conocimientos básicos.

Imparte: Dr. Santiago Chóliz Polo. Fotógrafo de la CEF y de la FIAP.



1ª REUNIÓN INFORMATIVA CON LOS INSCRITOS:

Miércoles, 6 marzo a 18:00H

LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ. Pº Ruisseños, 5

CALENDARIO: Martes 12,19 (presencial) 26 marzo; 2,9 (presencial) 16 abril

HORARIO PRESENCIAL: 18:00 a 19:30 **PRECIO:** Gratuito **PLAZAS:** 6

INSCRIPCIONES (preferencia reservas*): Del 23 enero al 11 febrero

*Los reservas deben confirmar inscripción antes del 23 de enero.

12 DIC Curso Creación de Videos II

Cada alumno deberá traer su ordenador con sistema operativo Windows y batería cargada. Se precisan conocimientos básicos de Windows.

Imparte: Miguel Ángel Gómez.

**15% subvencionado por el COMZ*

LUGAR: Sede Biblioteca del COMZ. Pº Ruisseños, 5

CALENDARIO: Miércoles 6,13,20,27 febrero; 6,13 marzo

HORARIO: 12:30H a 14:00H. **DURACIÓN:** 9 horas

PRECIO: 50€ **PLAZAS:** 12

INSCRIPCIONES: Del 23 al 28 de enero