

BASES QUE REGULAN LA PARTICIPACIÓN EN EL SERVICIO

“ENVEJECIMIENTO SALUDABLE: VIDA SANA 2026”

1. Exposición de motivos

La Ley 7/1985, de 2 de abril, reguladora de las Bases del Régimen Local, establece que el Municipio, para la gestión de sus intereses y en el ámbito de sus competencias, puede promover actividades y prestar los servicios públicos que contribuyan a satisfacer las necesidades y aspiraciones de la comunidad.

Por otro lado, la Ley 14/2010, de 16 de diciembre, de Servicios Sociales de Castilla-La Mancha, determina que el Sistema Público de Servicios Sociales tiene entre sus objetivos, analizar la realidad social para prevenir y detectar las situaciones de necesidad de la población, así como elaborar las estrategias más adecuadas que mejoren su calidad de vida y, detectar, prevenir y atender las necesidades derivadas de la situación de dependencia, con el objetivo de promover la autonomía de las personas.

El número y la proporción de personas de 60 años o más están aumentando en todas las poblaciones. Las sociedades que se adaptan a este cambio demográfico e invierten en el envejecimiento saludable hacen posible que las personas vivan más tiempo y con mejor estado de salud, lo que redundará en beneficios para esas sociedades. Esto también ocurre en nuestra ciudad, en la que la población mayor de 60 años se sitúa en más del 20%.

Según la OMS el envejecimiento saludable se define como “el proceso de fomentar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez”. La capacidad funcional está determinada por la capacidad intrínseca de una persona (o sea, sus capacidades físicas y mentales), el entorno en el que vive (entendido en el sentido más amplio e incluidos los entornos físicos, sociales y políticos) y la integración entre esos elementos.

Es por ello, que es necesario continuar desarrollando acciones que favorezcan el citado envejecimiento saludable, fundamentado en cuatro pilares: la actividad física, la estimulación cognitiva, la participación y la socialización, teniendo en cuenta además, la necesidad de prevenir situaciones de soledad no deseada en las personas mayores.

2. Objeto

La presente convocatoria regula el procedimiento de solicitud de plaza y de admisión en el Servicio Envejecimiento Saludable: Vida Sana durante el año 2026.

Este Servicio se desarrolla en horario de mañana y tiene como finalidad la participación de las personas mayores en actividades de prevención de situaciones de dependencia y fomento de su autonomía personal, favoreciendo: la estimulación cognitiva, la adquisición de hábitos saludables, la prevención de situaciones de aislamiento mejorando las relaciones sociales y la actividad física.

3. Personas beneficiarias

Este servicio está dirigido a personas **mayores de 60 años** empadronadas en el municipio, que no presenten deterioro cognitivo que dificulte el desarrollo de la actividad.

4. Características del servicio

4.1 Se desarrollarán dos talleres a la semana, de una hora de duración cada uno, en días alternos en las instalaciones del Centro Cívico (Plaza de España).

- **Taller de estimulación cognitiva, psicomotricidad y relaciones sociales** Se utilizarán distintas dinámicas y herramientas: juegos de memoria; ejercicios de cálculo básico; actividades para trabajar la motricidad fina y visitas a recursos de la ciudad. Este taller está a cargo de tres profesionales de los Servicios Sociales.

Se desarrollará del **19 de enero al 12 de junio** y del **14 de septiembre al 11 de diciembre de 2026**

- **Taller de actividad física.** Se pretende poner en valor la importancia de pequeños ejercicios y hábitos que mejoren el estado físico de las personas participantes. Este taller está impartido por una empresa especializada en actividad física con mayores.

Se desarrollará de **febrero a junio y de octubre a diciembre de 2026.**

4.2 Además de estos dos talleres se programarán seminarios sobre temas de interés para el colectivo: nutrición saludable, igualdad, medidas de apoyo, etc.

4.3 Se ofertarán **120 plazas**, organizándose en grupos de un máximo de 15 personas, de acuerdo a la siguiente distribución, cada participante deberá seleccionar solo el grupo al que quiere asistir, si no hubiera plaza en dicho grupo y quedasen vacantes en

otros se les informará por orden de inscripción para la posibilidad del cambio de grupo.

Se deberá señalar con una X el grupo en el que desea participar.

	GRUPO	DÍAS	HORARIO
	GRUPO 1	LUNES: Área cognitiva, social y psicomotricidad.	10:30 a 11:30h
		JUEVES: Área actividad física	10:00 a 11:00h
	GRUPO 2	LUNES: Área cognitiva, social y psicomotricidad.	12:00 a 13:00h
		MIÉRCOLES: Área actividad física	10:00 a 11:00h
	GRUPO 3	MARTES: Área cognitiva, social y psicomotricidad.	10:30 a 11:30h
		JUEVES: Área actividad física	11:00 a 12:00h
	GRUPO 4	MARTES: Área cognitiva, social y psicomotricidad.	12:00 a 13:00h
		MIÉRCOLES: Área actividad física	11:00 a 12:00h
	GRUPO 5	MIÉRCOLES: Área cognitiva, social y psicomotricidad.	10:30 a 11:30h
		MARTES: Área actividad física	11:00 a 12:00h
	GRUPO 6	MIÉRCOLES: Área cognitiva, social y psicomotricidad.	12:00 a 13:00h
		JUEVES: Área actividad física	12:00 a 13:00h
	GRUPO 7	JUEVES: Área cognitiva, social y psicomotricidad.	10:30 a 11:30h
		MARTES: Área actividad física	10:00 a 11:00h
	GRUPO 8	JUEVES: Área cognitiva, social y psicomotricidad.	12:00 a 13:00h
		MARTES: Área actividad física	12:00 a 13:00h

5. Normas de funcionamiento

Para el buen funcionamiento del servicio, se han establecido las siguientes normas básicas:

5.1 Tanto el taller de estimulación cognitiva como el de actividad física, se complementan y forman parte de la misma actividad, por lo que la asistencia a los dos talleres se considera obligatoria y asumida en el momento de la Solicitud.

5.2 Cuando la falta de asistencia a la actividad supere un mes, siempre y cuando no sea por causas justificadas y comunicadas a las profesionales responsables, se procederá a dar de Baja a la persona participante.

5.3 En cualquier momento, la persona participante puede registrar su baja en el modelo Solicitud genérica. Si esto sucede, la plaza podrá ser ocupada por las personas que están en reserva siguiendo el orden de solicitud.

5.4 El taller de actividad física, se iniciará en el mes de febrero, indicándose el día con suficiente antelación.

5.5 Cada participante deberá aportar el material básico que indiquen las profesionales responsables de los grupos.

6. Documentación requerida

Aquellas personas que deseen participar en este servicio, deberán presentar:

- Modelo de Solicitud debidamente cumplimentada
- DNI o documento acreditativo de la identidad de la persona solicitante

7. Plazo y forma de presentación de solicitud

Las solicitudes se presentarán del **1 al 9 de diciembre de 2025**, mediante **Registro Electrónico**, conforme a Ley 39/2015, de 1 de octubre, del Procedimiento Administrativo Común de las Administraciones Públicas, o **Tramitación Presencial**.

▪ REGISTRO ELECTRÓNICO

Se realizará a través de la Sede Electrónica del Ayuntamiento de Alcázar de San Juan, en el catálogo de trámites del departamento de Servicios Sociales, "Solicitud de plaza en el servicio Envejecimiento saludable: Vida Sana 2026".

Importante:

Para la identificación de la persona solicitante a través de la aplicación de firma electrónica **Autofirm@** se requerirá instalación previa de la misma y CERTIFICADO DIGITAL, para llevar a cabo el trámite y completar el proceso de firma electrónica.

Las solicitudes que se presenten a través del **Sistema Cl@ve** deberán subirse obligatoriamente firmadas previamente.

Información Sede Electrónica:

Tlfno. 608 51 68 27

Email: info@aytoalcazar.es

▪ TRAMITACIÓN PRESENCIAL

Se podrá realizar presentando la documentación requerida en la **Oficina de Registro del Centro de Servicios Sociales**, en la C/ Santo Domingo, nº 2. El HORARIO DE ATENCIÓN A LA CIUDADANÍA es de lunes a viernes de 09:00 a 14:00 horas.

Para cualquier duda o aclaración puede ponerse en contacto con el Centro de Servicios Sociales en el teléfono 926 579153.

8. Procedimiento de admisión de solicitudes y publicación de listados

- En el supuesto de existir mayor número de solicitudes que de plazas en el grupo solicitado, la admisión se realizará mediante sorteo.
- A cada solicitud se le asignará un número respetando el orden de anotación del registro, que servirá para el sorteo.
- Se extraerá un número de manera aleatoria, a partir del cual, tendrán plaza los 15 números siguientes.
- Las personas solicitantes que no obtengan plaza, podrán optar a las posibles vacantes de otros grupos, respetando el orden de registro.
- **El día 15 de diciembre**, se publicará el listado de solicitantes con el número asignado para el caso de sorteo en el Tablón electrónico del Ayuntamiento.
- **El día 16 de diciembre**, se podrán presentar alegaciones al listado publicado. Si no las hubiere, se entenderá definitivo.
- **El día 17 de diciembre**, se realizará el sorteo en caso de ser necesario.
- **El día 18 de diciembre**, los listados definitivos de los participantes serán publicados en el Tablón Electrónico del Ayuntamiento, donde se podrán presentar alegaciones. En caso de no presentarse alegaciones, el listado será considerado definitivo. En caso contrario, se procederá a su publicación el día 23, una vez efectuadas las modificaciones correspondientes.