

TELÉFONOS DE INFORMACIÓN DE LOS TÉCNICOS DE ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL

CENTRO DE MAYORES CERVANTES Y MANUEL AZAÑA
Telf.: 676 06 46 33

CENTRO DE MAYORES LOS PINOS Y CAMPO DEL ÁNGEL
Telf.: 680 95 08 51

CENTRO DE MAYORES EL VAL Y MARÍA ZAMBRANO
Telf.: 689 79 46 61

CENTRO DE MAYORES REYES CATÓLICOS Y GIL DE ANDRADE
Telf.: 608 85 77 37

HORARIO DE LOS CENTROS DE MAYORES

Mañanas de 10:00 a 14:00 h.
Tardes de 16:00 a 20:00 h.

DIRECCIONES DE LOS CENTROS DE MAYORES

REYES CATÓLICOS: C/ Gardenia s/n
MARIA ZAMBRANO: C/Pedro de Lerma s/n
MANUEL AZAÑA: Plaza Pablo Iglesias s/n
GIL DE ANDRADE: C/ Luis de Madrona s/n
EL VAL: C/ Santander, 12
CERVANTES: C/ Zuloaga s/n
CAMPO DEL ÁNGEL: C/ Fray Juan Gil s/n
LOS PINOS: C/ Chorrillo c/v Padre Soler

CONCEJALÍA DE MAYORES

C/ Victoria, 10
Telf.: 91 888 33 00. Ext: 4319, 4337

PROGRAMA DE ACTIVIDADES, TALLERES Y ANIMACION SOCIOCULTURAL DE LOS CENTROS MUNICIPALES DE MAYORES

OCTUBRE, NOVIEMBRE Y DICIEMBRE DE 2024



ALCALÁ DE HENARES

www.ayto-alcaladehenares.es

Queridos vecinos,

Es un placer poder presentaros las actividades que tenemos programadas durante los meses de octubre, noviembre y diciembre en nuestros Centros de Mayores.

Cada día es una nueva oportunidad para movernos, aprender y disfrutar. Estas actividades no solo nos mantienen activos, sino que también nos recuerdan que la energía y la vitalidad no tienen edad. ¡Vamos a comenzar este nuevo trimestre con alegría y entusiasmo!

Los Centros de Mayores, además de ser un espacio de encuentro, son un entorno donde podemos enriquecer nuestras vidas de manera significativa y una excelente manera de mantenernos física y mentalmente activos.

También estas actividades son una oportunidad para nutrir nuestras relaciones sociales y combatir la soledad y el aislamiento. Reír, conversar y disfrutar de la compañía de otros es esencial para nuestra felicidad y bienestar.

Así que, os animo a que sigáis participando activamente en todas las actividades que los Centros de Mayores tienen para ofrecer. Aprovechemos cada oportunidad para mantenernos fuertes, felices y conectados. La vida es un viaje que sigue ofreciendo nuevas experiencias, y aquí, en los Centros de Mayores, tenemos la oportunidad de disfrutar cada paso de ese viaje juntos.

¡Gracias a todos por ser parte de esta maravillosa comunidad y por hacer de cada día una nueva aventura!

Esther de Andrés Domínguez
Concejala de Mayores

PROGRAMA

VISITAS CULTURALES

OCTUBRE

- Visita al Parque Puy do Fou: 23 de octubre.

NOVIEMBRE

- Visita a la exposición "La leyenda del Titanic": 12-13 de noviembre.

DICIEMBRE

- Visita al Real Monasterio y Belén de El Escorial: 10-12 de diciembre.

CONFERENCIAS

OCTUBRE

- Herencias y testamentos: 31 de octubre a las 11:00 h en el C.M. Campo del Ángel.
- ICTUS: prevención, detección y primeros auxilios en colaboración con la Asociación AECUM: 25 de octubre a las 10:00 h en el C.M. Los Pinos.



NOVIEMBRE

- Taller de dietética y nutrición en colaboración con la CAM: 7 de noviembre a las 10:00 h en el C.M. María Zambrano.
- La soledad no deseada: 11 de noviembre a las 10:00 h en el C.M. Gil de Andrade
- ICTUS: prevención, detección y primeros auxilios en colaboración con la Asociación AECUM: 26 de noviembre a las 10:00h en el C.M. Manuel Azaña.

DICIEMBRE

- ICTUS: prevención, detección y primeros auxilios en colaboración con la Asociación AECUM: 16 de diciembre en el C.M. Cervantes.

ACTIVIDADES SOCIOCOMUNITARIAS

SEPTIEMBRE

- Taller de RCP en colaboración con la concejalía de Salud en la Semana del Corazón: 26 de septiembre a las 10:00 h y a las 12:00 h en los C.M. el Val y Reyes Católicos.

OCTUBRE

- Taller de móviles: 24 y 25 de octubre a las 10:00 h en el C.M. María Zambrano
- "Don Juan Tenorio" en streaming: 31 de octubre en los Centros de Mayores.

NOVIEMBRE

- "La venganza de Don Mendo" representada por el Grupo de Teatro Flogar: 11 de noviembre a las 17:00 h en el C.M. María Zambrano.
- Taller de Danza de la compañía alcalaína Losdedae: 13 y 20 de noviembre a las 16:00h en el C.M. Reyes Católicos.

DICIEMBRE

- "Día Internacional del Voluntariado" en coordinación con la Bolsa de Voluntariado: 4 de diciembre a las 17:30 h en la Concejalía de Mayores.
- Actuación de Luis Muñoz: 17 diciembre de a las 18:00 h en el Auditorio Paco de Lucía.
- Taller de Navidad: 13 de diciembre a las 10:00 h en el C.M. Campo del Ángel.
- Despedida del año con preuas y baile: 16 de diciembre a las 17:00 en el C.M. María Zambrano.

TALLERES DE ACTIVIDADES ANUALES EN TODOS LOS CENTROS DE MAYORES

Baile en línea / Gimnasia / Pintura al óleo / Informática: iniciación y avanzado / Nuevas tecnologías / Inglés: iniciación y avanzado / Teatro / Relajación / Memoria / Cultura

TALLERES IMPARTIDOS POR VOLUNTARIOS SENIOR, SOCIOS DE LOS CENTROS

Ajedrez, Bolillos, Bordados y Vainicas, Castañuelas, Cultura, Carey, Chi Kung Club de lectura, Corte y confección, Dibujo y pintura, Francés, Ganchillo, Grabado en vidrio, Guitarras, Lagartera, Lana, Macramé, Manualidades, Mimbres, Patchwork, Pintura en tela, Yoga, Marquetería, Punto Palestrina, Sevillanas, Punto Yugoslavo, Senderismo, Swarovski.

Las actividades programadas pueden sufrir variaciones. Para asistir a las actividades de la programación debe informarse y apuntarse previamente con el Técnico del centro.