

**PARA PARTICIPAR EN LAS ACTIVIDADES
HAZTE SOCIO**

Centro Municipal de Mayores "EL HENAR"
C/ Abizanda, 8 Tlf. 91 382 14 94

Centro Municipal de Mayores "PINAR DEL REY"
C/ López de Hoyos, 329 Tlf. 91 300 00 02

Centro Municipal de Mayores "Ntra. Sra. De la MERCED"
Plaza Ntra. Sra. Del Tránsito, 12 Tlf. 91 716 12 32

Centro Municipal de Mayores "BUCARAMANGA"
Avda. Barranquilla, 1 Tlf. 91 763 21 19

Centro Municipal de Mayores "Ntra. Sra. Del CARMEN"
C/ Ramón Power, 26 Tlf. 91 716 03 54

Centro Municipal de Mayores "SAN BENITO"
C/ Carrión de los Condes, 73 Tlf. 91 383 59 37

Centro Municipal de Mayores "HUERTA DE LA SALUD"
C/ Mar de las Antillas s/n Tlf. 91 382 18 01

Centro de Día "Querol"
C/ Vélez Rubio, 1

Centro de Día "Concepción Arenal"
C/ Javier del Quinto, 12

Centro de Servicios Sociales "Concepción Arenal"
C/ Javier del Quinto, 12

Junta Municipal del Distrito de Hortaleza
Ctra. Canillas, 2

XXXIV SEMANA DE MAYORES

Distrito de Hortaleza

2019



del 30 de Septiembre al 4 de Octubre

LUNES 30

10:30 H. **Encuentro Deportivo.** Jornada participativa de los socios y socias de los Centros Municipales de Mayores "Mayores en Movimiento".

Lugar: Parque Huerta de la Salud. C/ Mar de las Antillas, 10.

17:00 H. **Clase abierta y exhibición de los grupos de Bailes de Salón** de los Centros Municipales de Mayores del Distrito.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "El Henar".

17:00 H. Ciclo de Conferencias sobre la Prevención en la Vida Diaria de la Persona Mayor. **Taller de prevención de caídas** por el Equipo Técnico del Programa de Dinamización.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "Huerta de la Salud".

17:00 H. Ciclo de Conferencias sobre la Prevención en la Vida Diaria de la Persona Mayor. **Taller de prevención de deterioro cognitivo** por el Equipo Técnico del Programa.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "Ntra. Sra. de la Merced".

MARTES 1

Celebración del Día Internacional de las Personas Mayores.

10:00 H. Encuentros de juegos diferentes.

11:00 H. **Picnic de trajes.** Trae tu mejor plato y disfruta de la degustación.

Lugar Centro Municipal de Mayores "Pinar del Rey".

16:30 H. **Verbena Popular.** Actuación del Taller de Bailes Populares de los Centros Municipales de Mayores del Distrito y de un grupo musical de folklore español.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "Pinar del Rey".

MIÉRCOLES 2

10:00 H. **Encuentro de los talleres** del Programa de Terapia Ocupacional de los Centros Municipales de Mayores del Distrito. Recuperando nuestros Juegos Populares y Tradicionales.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "San Benito".

11:30 H. **Actuación del Grupo de Mayores del Taller de Sevillanas y Castañuelas** de los Centros de Mayores del Distrito.

Lugar: Centro de Día de Concepción Arenal.

12:00 H. Ciclo de Conferencias sobre la Prevención en la Vida Diaria de la Persona Mayor. **Taller de prevención de deterioro cognitivo** por el Equipo Técnico del Programa de Dinamización.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "Bucaramanga".

12:00 H. Ciclo de Conferencias sobre la Prevención en la Vida Diaria de la Persona Mayor. **Taller sobre los beneficios de la actividad física** por el Equipo Técnico del Programa de Dinamización.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "Huerta de la Salud".

17:00 H. **Encuentro intergeneracional** entre las personas mayores de los Centros Municipales de Mayores del Distrito y "Los Mayores también cuentan" con los niños y niñas del Centro de Día Infantil de Servicios Sociales.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "San Benito".

17:00 H. Ciclo de Conferencias sobre la Prevención en la Vida Diaria de la Persona Mayor. **Taller de prevención de caídas** por el Equipo Técnico del Programa de Dinamización.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "El Henar".

17:00 H. **Clase abierta de los Talleres** de Bailes Regionales y Tradicionales de los Centros Municipales de Mayores del Distrito.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "Bucaramanga".

JUEVES 3

11:00 H. Ciclo de Conferencias sobre la Prevención en la Vida Diaria de la Persona Mayor. **Taller sobre los beneficios de la actividad física** por el Equipo Técnico del Programa de Dinamización.

Lugar: Gimnasio Instalaciones Deportivas Concepción Arenal.

11:30 H. **Actuación de la Coral y Rondalla** de los Centros Municipales de Mayores de Hortaleza.

Lugar: Centro de Día El Querol.

12:00 H. Ciclo de Conferencias sobre la Prevención en la Vida Diaria de la Persona Mayor. **Taller de prevención de caídas** por el Equipo Técnico del Programa de Dinamización.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "Ntra. Sra. del Carmen".

17:00 H. **Mayores al Baile.** Tarde de Bailes y actividades de animación por el Equipo Técnico del Programa de Dinamización.

Lugar: Centro Municipal de Mayores "Ntra. Sra. del Carmen".

VIERNES 4

10:00 H. **Jornada de Talleres en Vivo.** Encuentro de Mayores Artesanos de los Talleres de los Centros Municipales de Mayores.

Exposición y muestra de los trabajos realizados por los socios y socias de los centros de mayores en los talleres de labores, manualidades, pintura, marquería y otros.

Lugar: Salón Social Centro de Mayores "Ntra. Sra. de la Merced".