

XVIII

Semana de las

personas

mayores

PROGRAMA DE
ACTIVIDADES



Lunes 27 de mayo

11 H

PRESENTACIÓN DE LA TRACIONAL SEMANA DE LAS PERSONAS MAYORES.

AUDITORIO PACO DE LUCÍA
CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS

Presentación del Programa de actividades y de la Programación de talleres 2024/2025 y actuación de la Coral Madreselva de la Escuela de Música.

Entradas desde una hora antes en taquilla. Se entregarán un máximo de dos entradas por persona, presentando el carnet de socio de los centros de personas mayores.

13 H

EXPOSICIÓN DE FOTOGRAFÍA CENTRO DE ARTE (AULA 1)

Exposición patrocinada por Edades.

18 H

MUESTRA INTERMUNICIPAL DE TEATRO DE PERSONAS MAYORES

AUDITORIO PACO DE LUCÍA

A cargo del grupo Amanece 65, de la Asociación Club 65 que representarán la obra *El Caserón de la loca*. Contará con intérprete de sordos.

Entradas en los centros de personas mayores del 20 al 24 de mayo, y una hora antes del comienzo de la actuación, en las taquillas. Se entregarán un máximo de dos entradas por persona, presentando el carnet de socio de los centros de personas mayores.

Martes 28 de mayo

10 H

ENCUENTROS PARA EL BIENESTAR.

SALÓN DE ACTOS CENTRO
MUNICIPAL DE PERSONAS
MAYORES C/ ORENSE

De 10:05 a 10,25 h. Pérdidas y procesos de duelo en el adulto mayor: estrategias de afrontamiento. Formación a cargo de la Asociación de Parkinson de Alcobendas y San Sebastián de los Reyes-AlcoSe

De 10:30 a 10:50 h. La soledad no deseada. Formación a cargo de la Fundación Grandes Amigos

De 11:15 a 11:35 h. La salud en las personas mayores. Formación a cargo de la Residencia Ballesol

De 11:40 a 12 h. La Prevención de riesgos en el hogar. Formación a cargo de Protección Civil.

De 12:05 a 12:25 h. Cómo cuidar nuestra higiene postural en la vida diaria. Formación a cargo del Fisioterapeuta del Servicio de Personas Mayores

Inscripción presencial o telefónica del 20 al 24 de mayo en los centros de las calles Olivar y Salvia de 10:30 a 14 h.

16:30 H

JORNADAS DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO

SALÓN DE ACTOS DE LA CIUDAD
DEPORTIVA VALDELASFUENTES

De 16:35 a 16:55 h. Hago ejercicio. Descripción del estudio de investigación realizado por la Universidad Autónoma de Madrid.

De 17 a 17:20 h. La experiencia de la jubilación a cargo de trabajador jubilado del Ayuntamiento de Alcobendas

De 17:25 a 17:45 h. ¿Pará qué cambiamos? A cargo de la Universidad Autónoma de Madrid.

De 18:10 a 18:30 h. Envejecimiento saludable para fomentar una longevidad de calidad. A cargo de Silver Economy.

De 18:35 a 18:55 h. Actuaciones para el Envejecimiento Activo desde el municipio. A cargo de personal del Servicio de Personas Mayores

Acceso libre hasta completar aforo.

Miércoles 29 de mayo

DE 10 A 12:30 H.

TALLER SOBRE EL USO DEL TELÉFONO MÓVIL (PRIMERA SESIÓN)

CENTRO DE MAYORES DE LA CALLE ORENSE

Organizado por Seniors Españoles Para La Cooperación Técnica (SECOT).

Inscripción presencial o telefónica del 20 al 24 de mayo en los centros de mayores de las calles Olivar y Salvia de 10:30 a 14 h.

11 H

CLASE ABIERTA DE ZUMBA

CENTRO DE ARTE (AULA 1)

En colaboración con ALCOLAR. Patrocinan SINERGYM y JAPASPORT.

18 H

HOMENAJE A LAS PERSONAS MAYORES

TEATRO AUDITORIO CIUDAD DE

ALCOBENDAS

Tradicional homenaje a las personas mayores que destinan su tiempo a contribuir socialmente en Alcobendas. Este año se homenajeará a las asociaciones: ACOM, ALCOLAR, Club 65 Y Teatro La Alegría.

Habrà un concierto de magia, música y humor. Patrocina: Edades.

Entradas en los centros municipales de personas mayores del 20 al 24 de mayo y una hora antes, en taquilla del Teatro Auditorio. Se entregarán un máximo de dos entradas por persona.

Jueves 30 de mayo

10 H.

EXHIBICIÓN DE LA UNIDAD CANINA DE LA POLICÍA LOCAL DE ALCOBENDAS

PARQUE DE CATALUÑA

Acceso libre sin aforo.

12 H

ACTUACIÓN DE LA RONDALLA CONCUERDAS

CENTRO MUNICIPAL DE PERSONAS MAYORES DE LA C/ORENSE.

Acceso libre hasta completar aforo.

18 H

MUESTRA INTERMUNICIPAL DE TEATRO DE PERSONAS MAYORES

AUDITORIO PACO DE LUCÍA

A cargo de la Asociación La Alegría que representarán la obra La Verbena.

Entradas en los centros municipales de personas mayores del 20 al 24 de mayo, y una hora antes del comien-

zo de la actuación, en las taquillas. Se entregarán un máximo de dos entradas por persona.

Viernes 31 de mayo

DE 10 A 12:30 H.

TALLER SOBRE EL USO DEL TELÉFONO MÓVIL (SEGUNDA SESIÓN)

CENTRO MUNICIPAL DE PERSONAS MAYORES DE LA C/ ORENSE.

A cargo de Seniors Españoles Para La Cooperación Técnica (SECOT).

9:30 H

SALIDA MEDIOAMBIENTAL

CONOCE LOS ÁRBOLES

SINGULARES DE LA COMUNIDAD DE MADRID EN EL RETIRO.

Inscripción presencial del 20 al 24 de mayo en los centros municipales de mayores de las calles Olivar y Salvia de 10:30 a 14 h.

DE 18 A 20:30 H

YINCANA INTERGENERACIONAL

PARQUE DE LOS JUEGOS REUNIDOS DEL ARROYO DE LA VEGA.

Una divertida tarde en la que se cantará, bailará, dibujará... Se podrán inscribir personas mayores de 60 años acompañados o no por sus familiares y por niños mayores de 8 años. Organiza AFA Alcobendas y San Sebastián de los Reyes.

Inscripciones a través del teléfono: 625 46 10 09 del 20 al 24 de mayo de 10 a 15 h. o a través del correo electrónico: info@alzheimeralcobendasysanse.org

Domingo 2 de junio

9 H.

VII CAMINATA MAYORES EN MARCHA.

Tradicional recorrido por Alcobendas. Con salida desde la Plaza Mayor y llegada a la Plaza del Invernadero en Arroyo de la Vega.

Inscripción presencial o telefónica del 20 al 24 de mayo en los centros de las calles Olivar y Salvia de 10:30 a 14 h.

12 H

ACTIVIDAD PARTICIPATIVA DE TAICHI.

ARROYO DE LA VEGA

A cargo de la Asociación de Tai Chi Taoísta de España, Delegación de Alcobendas.

Acceso libre

17:30 H

BAILE ESPECIAL POR LA SEMANA DE LAS PERSONAS MAYORES.

LA ESFERA..

Entradas en los centros municipales de personas mayores del 20 al 24 de mayo

