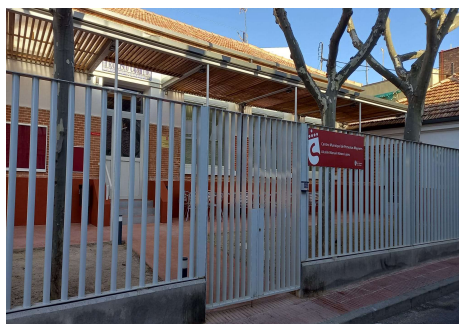


## CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES GLORIA FUERTES



C/ Benasque c/v Canal Isabel II  
Tlfnos.: 91 653 97 06 – 91 659 35 20  
WhatsApp de difusión: 663210960  
e.mail: [infomayores@ssreyes.org](mailto:infomayores@ssreyes.org)  
[www.ssreyes.org](http://www.ssreyes.org)

## CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES MANUEL MATEO LÓPEZ



C/ Hermenegildo Izquierdo nº 2  
Tlfnos.: 91 6258864  
WhatsApp de difusión: 663210960  
e.mail: [infomayores@ssreyes.org](mailto:infomayores@ssreyes.org)  
[www.ssreyes.org](http://www.ssreyes.org)

### INSCRIPCIONES

Ver los períodos de inscripción en cada actividad.



DELEGACIÓN DE PERSONAS MAYORES

## PROGRAMA DE ACTIVIDADES DE DINAMIZACIÓN SOCIAL Y PARTICIPACIÓN



*Hacia un envejecimiento activo*

**NOVIEMBRE 2024**



**Las inscripciones, se podrán realizar presencial o telefónicamente en los teléfonos: 916539706 – 916593520, en los períodos indicados en cada actividad.**

## ACTIVIDADES EN EL CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES GLORIA FUERTES

4  
LUNES

### **Biblioteca: “Club de Lectura” Lectura y comentarios en el día.**

A cargo de Stella y Lourdes, voluntarias del Programa “De Igual a Igual”.

De 10:00 a 12:00 h en la Biblioteca del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Entrada libre hasta completar aforo (15 personas)



7  
JUEVES

### **Biblioteca: “Lectura y comentarios de costumbres y tradiciones de Madrid S.XIX”.**

A cargo de Stella y Lourdes, voluntarias del Programa “De Igual a Igual”.

De 10:00 a 12:00 h en la Biblioteca del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Entrada libre hasta completar aforo (15 personas)

7  
JUEVES

### **Karaoke “Vivo cantando”**

Desde las 16:30 a las 18:30 h en el Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)

7, 14, 21 Y  
28  
JUEVES

### **Taller: “Autocuidado”.**

A cargo de Vanessa Maillfert. Psicóloga del Centro de Mayores.

De 16:30 a 18:00 h

Biblioteca del Centro Municipal Gloria Fuertes  
12 plazas

**Inscripciones:** 4 y 5 de noviembre, por orden de inscripción, presencial o telefónica de 8 a 14 h.



8  
VIERNES

### **Baile: Celebración del “Día de los solteros”.**

Con animación de la Charanga Xoxongorri.  
De 17:30 a 19:30 h en el Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes.

**Recogida de entradas en Conserjería desde las 17:15 h. por orden de llegada hasta completar aforo (130 personas).**



**12**  
**MARTES**

**Salida: Visita a la Casa de la Moneda**

Salida: 10:00 h del Metro Baunatal

Regreso: 14:30 h.

Recorrido aproximado 6 km.

20 plazas

**Inscripciones:** 4 y 5 de noviembre de 8 a 14 h

**Sorteo:** 7 de noviembre

**Confirmación:** 7 y 8 de noviembre de 8 a 14 h



**14**  
**JUEVES**

**Biblioteca: “Jugamos con las Palabras”**

A cargo de Stella y Lourdes, voluntarias del Programa “De Igual a Igual”

De 10:00 a 12:00 h en la Biblioteca del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Entrada libre hasta completar aforo (15 personas)

**14**  
**JUEVES**

**Conferencia UNED:**

“Las minorías sociales en España: sefardíes, moriscos, y gitanos”.

De 17:30 a 19:00 h

Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)



**15**  
**VIERNES**

**Charla: “Como utilizar la Tarjeta Sanitaria virtual”**

A cargo del equipo de enfermería del Centro de Salud Rosa de Luxemburgo.

A las 11:00h en la Biblioteca del Centro Municipal Gloria Fuertes

10 Plazas

**Inscripciones:** 4 y 5 de noviembre de 8 a 14 h

**Sorteo:** 7 de noviembre

**Confirmación:** 7 y 8 de noviembre de 8 a 14 h



**15**  
**VIERNES**

**Aula de Cine. Tema: “La lectura como compañía”**

Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes  
De 17:00 a 19:30h

Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)

**18**  
**LUNES**

**Salida: Visita guiada al Teatro de la Zarzuela**

Lugar de encuentro: 16:45 h Puerta de entrada teatro de la Zarzuela

C/ de Jovellanos 4

Fin de la visita: 18:30 h.

30 plazas

**Inscripciones:** 11 y 12 de noviembre de 8 a 14 h

**Sorteo:** 14 de noviembre

**Confirmación:** 14 y 15 de noviembre de 8 a 14 h

**19**  
**MARTES**

**Salida. “Museo de Historia de Madrid”**

Lugar de encuentro: 10:45 h Puerta de entrada del museo de Historia de Madrid C/ Fuencarral 78. (Metro Tribunal).

Fin de la visita: 13:30 h

20 plazas

**Inscripciones:** 11 y 12 de noviembre de 8 a 14 h

**Sorteo:** 14 de noviembre

**Confirmación:** 14 y 15 de noviembre de 8 a 14 h



**21**  
**JUEVES**

**Biblioteca: Mitos y Leyendas.**

A cargo de Stella y Lourdes, voluntarias del Programa “De Igual a Igual”

De 10:00 a 12:00 h en la Biblioteca del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Entrada libre hasta completar aforo (15 personas)

**21**  
**JUEVES**

**Visita Virtual al “Teatro de la Zarzuela”.**

De 17:00 a 18:30h en el Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes

Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)



**20**  
**MIERCOLES**

**Salida. San Martín de Valdeiglesias**

**Visita guiada.**

Salida: 9:00h del Centro Municipal Gloria Fuertes

Regreso: 18:30 h aproximadamente

Precio 20 €

52 plazas

**Inscripciones:** 11 y 12 de noviembre de 8 a 14 h

**Sorteo:** 14 de noviembre

**Confirmación:** 14 y 15 de noviembre de 8 a 14 h



**22**  
**VIERNES**

**Masterclass. Bailes Latinos (Salsa y Bachata)**

A cargo de la Asociación Fuentesanta de San Sebastián de los Reyes

De 17:30 a 20:30 h

Salón de actos del Centro Municipal Gloria Fuertes

**Recogida de entradas en Conserjería desde las 17:15 h. por orden de llegada hasta completar aforo (130 personas).**



**26**  
**MARTES**

**Salida: Ruta arquitectónica Antonio Palacios**

Salida: 10:00 h del Centro Municipal Gloria Fuertes

Regreso: 14:30 h

Recorrido aproximado 7 km.

20 plazas

**Inscripciones:** 11 y 12 de noviembre de 8 a 14 h

**Sorteo:** 14 de noviembre

**Confirmación:** 14 y 15 de noviembre de 8 a 14 h

**28**  
**JUEVES**

**Biblioteca: Bingo Literario.**

**A cargo de Stella y Lourdes, voluntarias del Programa “De Igual a Igual”**

De 10:00 a 12:00 h en la Biblioteca del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Entrada libre hasta completar aforo (15 personas)

**28**  
**JUEVES**

**Actuación de Los Músicos de los Centros de Mayores de Alcobendas.**

**Rondalla**

De 17:30 a 18:30h

Salón de actos del Centro Municipal Gloria Fuertes

**Recogida de entradas en Conserjería desde las 17:00 h. por orden de llegada hasta completar aforo (100 personas)**

**29**  
**VIERNES**

**Zarzuela: “La del Manojito de Rosas”**

**Proyección de la representación en el Teatro de la Zarzuela de Madrid.**

De 17:00 a 19:00 h en el Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)

**ACTIVIDADES EN EL  
CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES  
MANUEL MATEO LÓPEZ**

**4**  
**LUNES**

**Decoración de Navidad y reciclado. Estrellas.**

De 17:00 a 19:00h

Entrada libre hasta completar aforo (20 personas)

**6**  
**MIÉRCOLES**

**“Activando la mente”**

Juegos por equipos para estimular la memoria.

De 17:00 a 19:00h

Entrada libre hasta completar aforo (20 personas)

**11**  
**LUNES**

**Decoración de Navidad y reciclado. Estrellas.**

De 17:00 a 19:00h

Entrada libre hasta completar aforo (20 personas)

**13**  
**MIÉRCOLES**

**Alimentos y Nutrientes: Imprescindibles para vivir y estar activos**

**A cargo de Margarita Fernández Martín**

**Profesora jubilada de Bioquímica de la Facultad de Medicina de la UAM.**

Horario de 17:30 a 19:00

Entrada libre hasta completar aforo (40 personas)



**18**  
**LUNES**

### **Cineforum**

ACTIVIDAD ENMARCADA EN EL PROGRAMA DE CONMEMORACIÓN DEL 25 N, DÍA INTERNACIONAL CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO.

*Organizado por la Delegación de Igualdad*

De 17:30 a 20:00h.

Entrada libre hasta completar aforo. (40 Personas)

**20**  
**MIÉRCOLES**

### **Discofórum: Marifé de Triana**

De 17:00 a 19:00h

Entrada libre hasta completar aforo (40 personas)



**25**  
**LUNES**

### **Series Míticas de la Televisión Española.**

De 17:00 a 19:00 h

Entrada libre hasta completar aforo (40 personas)

**27**  
**MIÉRCOLES**

### **Charla/coloquio: ¿Qué es un Centro de Día para personas Mayores?**

A cargo de Natalia Ciudad. Dra. y Trabajadora Social del Centro de Día SOMOS.

De 17:30 a 18:30h

Entrada libre hasta completar aforo (40 personas)

## **NORMAS PARA PARTICIPAR EN LAS ACTIVIDADES**

- Para poder participar en las actividades de los Centros, es necesario estar en posesión del carnet de usuario. Los requisitos son: ser mayor de 60 años y estar empadronado en San Sebastián de los Reyes.
- Todas las actividades son gratuitas, excepto aquellas en las que se indique su precio.
- En las salidas, cuya inscripción sea por orden de inscripción, el solicitante podrá apuntar a un máximo de 2 participantes.
- En las salidas que se realice sorteo, el solicitante podrá apuntar a un máximo de 4 participantes.
- Se podrá elegir solo una salida cuando haya varias programadas en el mismo día.
- Es OBLIGATORIA la confirmación de asistencia cuando sea requerida.
- En todas las salidas, los profesionales valorarán la adecuación de los participantes, pudiendo decidir la exclusión de aquellas personas que no reúnan las condiciones necesarias que requiera la actividad.
- Para que las salidas se realicen, será necesario un mínimo de 15 participantes en las de medio día y, de 45, en las de autocar de día completo.
- Las actividades que requieran recogida de entradas, se solicitarán en Conserjería el día anterior de 8 a 14 h. Se darán un máximo de 2 entradas previa presentación del Carnet municipal. La entrega de entradas se hará estrictamente por orden de llegada.

### **Inscripciones:**

- **En Administración del Centro Gloria Fuertes:** de lunes a viernes de 8 a 14 h, en los días indicados en cada actividad.
- **Telefónicamente:** En los teléfonos 91 653 97 06 – 91 659 35 20 de lunes a viernes de 8 a 14 h, en los días indicados en cada actividad