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
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
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 2026



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

SALIDAS CULTURALES

3 MARTES

Salida: Visita Casa de México “Altar de los Muertos”
El altar de muertos es un elemento fundamental en el conjunto de tradiciones mexicanas del Día de Muertos.
Salida: 9:00 h en metro Baunatal.
Regreso: 13:30 h aproximadamente.
20 personas
Inscripción: **29 y 30 de octubre, por orden de inscripción, presencial o telefónica**.



4 MIERCOLES

Salida: Fantasmas y otras historias de Madrid.
A cargo de Antonio Amaro, *voluntario cultural programa “De Igual a Igual”.*
Salida: 9:30 h del Centro Municipal Gloria Fuertes.
Regreso: 14:30h. Aproximadamente
20 personas
Inscripción: **29 y 30 de octubre, por orden de inscripción, presencial o telefónica.**

10 MARTES

Salida: Museo Nacional Antropológico: 'La Vuelta al Mundo en el MNA'
Salida: 9:30 h del Centro Municipal Gloria Fuertes.
Regreso: 14:30 h aproximadamente.
19 personas
Inscripción: 3 y 4 de noviembre.
Sorteo: 5 de noviembre
Confirmación: 5 y 6 de noviembre



11 MIERCOLES

Salida: Museo Reina Sofía. Madrid
“Relatos de las Colecciones” (Diferente temática en cada salida)
Salida: 15:45 h en cercanías, Avda. de España
Regreso: 19:30h aproximadamente.
15 personas
Inscripción: 3 y 4 de noviembre.
Sorteo: 5 de noviembre
Confirmación: 5 y 6 de noviembre



13
VIERNES

Salida: Barrio de Malasaña y visita guiada Iglesia San Antonio de los Alemanes. Madrid
Salida: 9:30 h del Centro Municipal Gloria Fuertes.
Regreso: 14:30h aproximadamente.
20 personas
Precio entrada: 12€
Inscripción: 3 y 4 de noviembre.
Sorteo: 5 de noviembre
Confirmación: 5 y 6 de noviembre



17
MARTES

Salida: La Adrada (visita al Castillo, desayuno, comida, merienda y baile)
Salida: 9:00 h del Centro Municipal Gloria Fuertes.
Regreso: 18:30 h
Transporte en autocar.
52 personas
Precio: 24 Euros
Inscripción:
9 y 10 de noviembre.
Sorteo:
12 de noviembre
Confirmación:
12 y 13 de noviembre



24
MARTES

Salida: Visita guiada a La Real Academia de Bellas Artes de San Fernando (Pintura Renacimiento, Barroco y Goya) visita opcional: "Madrid en el siglo de Oro"
Salida: 9:30 h del Centro Municipal Gloria Fuertes.
Regreso: 14:30h. Aproximadamente
20 personas
Precio: 6 € (entrada, mayores de 65 años)
Inscripción: 9 y 10 de noviembre.
Sorteo: 12 de noviembre
Confirmación: 12 y 13 de noviembre

25
MIERCOLES

Salida: La Adrada (visita al Castillo, desayuno, comida, merienda y baile)
Salida: 9:00 h del Centro Municipal Gloria Fuertes.
Regreso: 18:30 h
Transporte en autocar.
52 personas
Precio: 24 Euros

Las plazas serán cubiertas con la lista de espera de la salida del día 17 de noviembre.

Publicación de listado de admitidos: 20 noviembre
Confirmación de asistencia 20 y 23 de noviembre.

ACTIVIDADES EN EL CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES GLORIA FUERTES

5 JUEVES

Karaoke: Cantando al Otoño
Desde 16:30 a 18:30 h en el Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes.
Entrada libre hasta completar aforo (100 personas).

12 JUEVES

Conferencia: ¿Cómo puedo ser una persona emocionalmente asertiva?
A cargo de Vanessa Maillefert Psicóloga del Centro de Mayores
De 17 :00 a 18:00 h.
En el Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes.
Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)

18 MIERCOLES

Taller: "Compras por internet e hipoteca inversa."
Impartido por Caixabank
De 17:00 a 18:00 h
Lugar de encuentro: 17:00 h en Caixabank Store c/ Real 102 San Sebastián de los Reyes.
25 Personas
Inscripciones: 16 y 17 de noviembre por orden de inscripción presencial o telefónica.



19 JUEVES

Conferencia sobre historia, UNED: Las termas en la Hispania Romana
A cargo de Andrés Garcimartín Morales.
De 17:30 a 19:00 h en el Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes.
Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)

26 JUEVES

Actuación Musical del Grupo de Folk "El Vecindario".
Dirigidos por Sandra Alinque
Escuela Municipal de Música y Danza de San Sebastián de los Reyes
De 18:00 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 MIÉRCOLES

Conferencia de salud: “Diabetes y Obesidad: Las epidemias de este siglo”
A cargo de Margarita Fernández Martin (Profesora jubilada de Bioquímica de la Facultad de Medicina de la UAM).
Voluntaria del programa “De Igual a Igual”.
De 17:30 a 19:00 h
Entrada libre hasta completar aforo (40 personas).

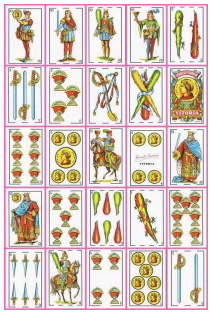


9 LUNES

Charla Coloquio: “La trilogía de los eclipses del 2026, 2027, 2028”
A cargo de Tomás Martín (aficionado a la Astronomía)
De 17:00 a 18:30
Entrada libre hasta completar aforo. (40 personas)

11 MIÉRCOLES

Sesión de juegos: Aprende a jugar al Bingo-Pokino
De 16:30 a 18:00 h
Entrada libre hasta completar aforo
(20 personas)



16 LUNES

Aula de Cine: “Viajando con el cine” La Toscana
De 17:00 a 19:00 h
Entrada libre hasta completar aforo (40 personas).

16 LUNES

Visionado con telescopio de la Luna y Júpiter
A cargo de Tomás Martín (aficionado a la Astronomía)
Lugar de encuentro: 18:30 h en el Parque de la Marina (Punto Activo).
Esta actividad se realizará, en función de la climatología.
20 personas
Inscripción: 9 y 10 de noviembre por orden de inscripción presencial o telefónica.

18 Y 25 MIERCOLES

Taller: “Mujeres que se cuidan. Tejiendo espacios de apoyo mutuo y bienestar”
Impulsado por la Dirección General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid.
Taller participativo donde se reflexionara sobre el bienestar, la autoestima, los cuidados y las relaciones que nos rodean. Un encuentro para cuidarte, sentirte acompañada y seguir construyendo una vida más saludable.
De 11:30 a 13:30 h
30 personas.
Inscripción: 16 y 17 de noviembre por orden de inscripción presencial o telefónica.

18
MIÉRCOLES

Conferencia de Arte: "Pintando el Manzanares: Aureliano de Beruete"
A cargo de Adoración González Pérez (Licenciada en Geografía e Historia. Doctorada en Historia del Arte por la UAM)
Voluntaria del programa "De Igual a Igual".
De 17:00 a 18:30 h.
Entrada libre hasta completar aforo (40 personas)

23
LUNES

Conferencia: "Autocuidado y Bienestar"
Espacio para reflexionar sobre pequeñas acciones cotidianas que nos ayudan a sentirnos mejor, cuidar nuestra salud y disfrutar de una mejor calidad de vida
A cargo de Noelia Ponce. Terapeuta ocupacional.
De 17:00 a 18:30 h
Entrada libre hasta completar aforo (40 personas)

25
MIÉRCOLES

Primera sesión de creación de regalos reciclados.
Actividad creativa para realizar regalos a partir del reciclaje
De 17:00 a 18:30 h.
20 personas
Inscripción: 16 y 17 de noviembre por orden de inscripción presencial o telefónica.



30
LUNES

Discofórum: Maria Jiménez
De 17:00 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 mismo día de la actuación, 30 minutos antes. Se darán un máximo de 2 entradas previa presentación del Carnet municipal. La entrega de entradas se hará estrictamente por orden de llegada.

Inscripciones y confirmación de asistencia:

- **En Administración del Centro Gloria Fuertes: de lunes a viernes de 8:00 a 14:00 horas, en los días indicados en cada actividad.**
- **Telefónicamente: En los teléfonos 91 653 97 06 – 91 659 35 20 de lunes a viernes de 8:00 a 14:00 horas, en los días indicados en cada actividad**