



DELEGACIÓN DE PERSONAS MAYORES

**PROGRAMA DE ACTIVIDADES DE
DINAMIZACIÓN SOCIAL Y
PARTICIPACIÓN**

**ACTIVIDADES CON
MOTIVO DE LA
CELEBRACIÓN DEL DÍA
INTERNACIONAL DE
LAS PERSONAS
MAYORES**



**PRIMERA SEMANA
DE OCTUBRE 2024**

Hacia un envejecimiento activo



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

3

JUEVES

Gimnasia de bienestar en suelo.

Actividad física puntual.

Dos turnos De 10:00 a 11:00 h y de 11:00 a 12:00h

25 plazas por turno

Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes

Inscripciones: Del 24 al 26 de septiembre por

orden de inscripción, de forma presencial o

telefónica en los teléfonos 91 6539706 / 916593520

3

JUEVES

**Gran Baile con animación de la Charanga
Xoxongorri**

De 18:30 a 20:30 h

Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes

Entrada libre hasta completar aforo (130 personas)

4

VIERNES

CELEBRACIÓN DE “BODAS DE ORO”

**Homenaje a las parejas que celebran este
año el 50º aniversario de su boda.**

Con la actuación del Saxofonista Juan Ramón
Arias Echeverría

De 19:00 a 21:00 h. en el Salón de Actos del Centro
Municipal Gloria Fuertes

Aforo limitado a los matrimonios homenajeados y
sus familias.



ACTIVIDADES

PRIMERA SEMANA DE OCTUBRE

1
MARTES

DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES.

Realización de ejercicios y posturas suaves inspiradas en técnicas de Chi kung. Actividad física puntual.

Dos turnos De 10:00 a 11:00 h y de 11:00 a 12:00h
33 plazas por turno

Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Inscripciones: Del 24 al 26 de septiembre por orden de inscripción, de forma presencial o telefónica en los teléfonos 91 6539706 / 916593520



1
MARTES

Actuación musical: Rocío Durán “Donde me lleve el viento”

Copla, Rancheras, Boleros...

De 19:00 a 21.00 h. en la Plaza de la Constitución.
Aforo aproximado 600 personas



2
MIÉRCOLES

Ponte en forma al aire libre.

Actividad física puntual.

Dos turnos De 10:00 a 11:00 h y de 11:00 a 12:00h
35 plazas por turno

Punto Activo del Parque de la Marina

Inscripciones: Del 24 al 26 de septiembre por orden de inscripción, de forma presencial o telefónica en los teléfonos 91 6539706 / 916593520



2
MIÉRCOLES

Charla coloquio/Debate:

“Soledad(es) en las personas mayores. Desafíos y Formas de afrontarlo.”

A cargo de Natalia Martín María profesora de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid.

De 18:00 a 19:00 h en el Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)