

Más Información

Las inscripciones a las actividades deportivas se realizarán del 11 al 22 de noviembre en las taquillas de los polideportivos correspondientes, en horario de 9:00 a 20:00 h., de lunes a viernes.

Importante: Para las actividades de agua es imprescindible el equipamiento: bañador, gorro, etc.

Las inscripciones al resto de actividades se realizarán en los distintos Centros Municipales de Mayores.

Para más información, ver los tablonos de anuncios de los Centros Municipales de Mayores:

- C.M.M. Alfonso XII. Tel.: 91 376 20 60
- C.M.M. La Vaguada. Tel.: 91 588 51 84
- C.M.M. Ginzo de Limia. Tel.: 91 731 02 90
- C.M.M. Vocal Vecino Justo Sierra. Tel.: 91 378 56 58
- C.M.M. Islas Jarvi. Tel.: 91 735 17 95
- C.M.M. Peñagrande. Tel.: 91 738 63 59

Salón Los Arcos

Tel.: 91 480 06 03

Centro Socio-Cultural Rafael de León

C/ Isla de Ons, 4

Tel.: 91 731 03 50

Centro Socio-Cultural Alfonso XII

C/ Mira el Río, 4

Tel.: 91 376 20 60

Centro Cultural La Vaguada

Avda. Monforte de Lemos, 38

Tel.: 91 588 68 83

Centro Deportivo Municipal Vicente del Bosque

Avda. Monforte de Lemos, 13

Tel.: 91 314 79 43 / 91 314 78 66

Centro Deportivo Municipal La Masó

C/ La Masó, s/n, esq. Avda. Ventisquero de la Condesa

Tel.: 91 739 75 55

Centro Deportivo Municipal La Vaguada

Avda. Monforte de Lemos, s/n

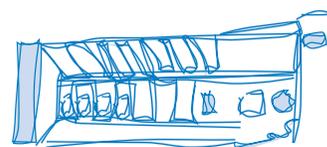
Tel.: 91 480 04 76

Centros Municipales de Mayores



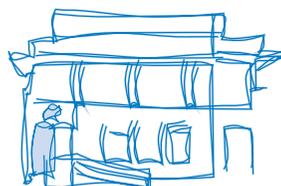
ALFONSO XII

C/ Mira el Río, 4
Tel.: 91 376 20 60
28048 Madrid



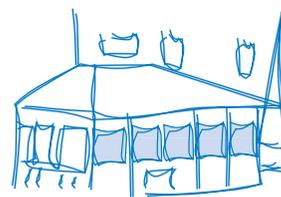
LA VAGUADA

Avda. Monforte de Lemos, 36
Tel.: 91 588 51 84
28029 Madrid



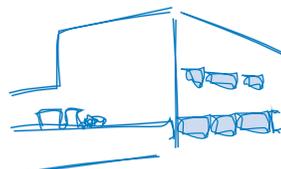
PEÑAGRANDE

C/ Isla de Ons, 28
Tel.: 91 738 63 59
28035 Madrid



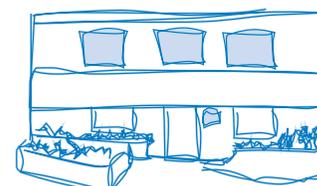
ISLAS JARVI

C/ Islas Jarvi, 1
Tel.: 91 735 17 95
28034 Madrid



V.V. JUSTO SIERRA

C/ Fermín Caballero, 17
Tel.: 91 378 56 58
28034 Madrid



GINZO DE LIMIA

C/ Ginzo de Limia, 66
Tel.: 91 731 02 90
28034 Madrid



Semana de los Mayores 2013

25-29 de noviembre • Fuencarral-El Pardo



+ FUENCARRAL-EL PARDO
MAYORES+ACTIVOS



Estimadas amigas y amigos de los Centros Municipales de Mayores de Fuencarral-El Pardo:

Es para mí un honor como Concejal-Presidente del Distrito, presentaros el programa de actividades de la Semana de los Mayores 2013.

Cicerón, el gran filósofo romano, dijo que "las personas son como el vino: la edad agría los malos y mejora los buenos".

Por eso, uno de los principales objetivos que tenemos en esta Semana 2013, es resaltar el papel activo y participativo que tenéis los mayores, sacando cada día todo lo bueno de vosotros mismo; en la multitud de actividades y talleres que realizáis en cada centro, ayudando a los demás, aportando vuestra experiencia vital y todas vuestras ganas de vivir.

También en esta Semana queremos reconocer de forma institucional la gran labor que realizan los voluntarios y las Juntas Directivas como elementos imprescindibles y pilares básicos del funcionamiento de nuestros centros.

Quiero invitaros a todos a participar en las actividades programadas, con importantes novedades en esta edición, y os ruego que mantengáis siempre vuestro espíritu activo y lleno de alegría e ilusión.

Recibid un saludo.

José Antonio González de la Rosa
Concejal-Presidente del Distrito de Fuencarral-El Pardo

Lunes 25 de noviembre

- 10:30 h. Acto de apertura y homenaje a voluntarios.** Lugar: C.C. La Vaguada.
11:00-12:00 h. Actividad deportiva. Actividades deportivas rítmicas.
Lugar: C.D.M. Vicente del Bosque.
11:30 h. Conferencia del Centro Municipal de Salud: "La importancia de no olvidar".
Lugar: C.M.M. Peñagrande.
16:30 h. Conferencia del Centro Municipal de Salud sobre la artrosis.
Lugar: C.M.M. Vocal Vecino Justo Sierra.
17:00 h. Conferencia sobre temas jurídicos para resolver tus dudas y conocer tus derechos. A cargo de Lex Certa Asociación de Juristas.
Lugar: C.M.M. Alfonso XII.
17:00 h. Actividad intergeneracional. Espectáculo de ocio. Circo Mundial Barrio del Pilar. Explanada Monforte de Lemos, esquina Vereda de Ganapanes
18:00 h. Conferencia dentro del ciclo "Los lunes de Ginzo".
Las pensiones en España: historia y futuro a cargo de D. Mariano Lanau Español. Lugar: C.M.M. Ginzo de Limia.

Martes 26 de noviembre

- 10:00-12:00 h. Jornada de Puertas Abiertas. Actividad intergeneracional,** con el C.E.I.P. Monte de El Pardo.
10:00 a 12:00 h. Taller de actividad física.
10:00 a 12:00 h. Taller de informática.
Lugar: C.M.M. Alfonso XII.
10:00-13:00 h. Programa de envejecimiento activo y saludable.
Lugar: C.M.M. Peñagrande.
10:30 h. Entrega de premios de los Torneos de Juegos de Mesa y a continuación exhibición de talleres de actividad física de los Centros Municipales de Mayores .
Lugar: C.C. La Vaguada.
11:00 h. Charla coloquio de la Policía Municipal: Agresiones y abusos sobre los mayores. Lugar: C.M.M. Islas Jarvi.
11:00 h. Conferencia del Centro de Apoyo a las Familias: Abuelos acogedores.
Lugar: C.M.M. Ginzo de Limia.
11:30 h. Taller de uso del móvil. Lugar: C.M.M. Vocal Vecino Justo Sierra.
12:00-12:30 h. Actividad deportiva. Natación Nivel 0.
Lugar: C.D.M. Vicente del Bosque.
16:30-18:30 h. Programa de envejecimiento activo y saludable.
Lugar: C.M.M. Peñagrande.
18:00 h. Actuación del grupo de Teatro del C.M.M. La Vaguada "Melocotón en almíbar". Lugar: C.C. Alfredo Krauss.

Miércoles 27 de noviembre

- 10:00-12:00 h. Jornada de Puertas Abiertas. Actividad intergeneracional,** con el C.E.I.P. Camilo José Cela.

- 10:00 a 12:00 h.** Taller de actividad física.
10:00 a 12:00 h. Taller de manualidades
Lugar: C.M.M. Ginzo de Limia.
10:00-13:00 h. Programa de envejecimiento activo y saludable.
Lugar: C.M.M. Islas Jarvi.
11:00 h. Conferencia del Centro de Apoyo a las Familias: Relaciones de pareja. Lugar: C.M.M. Vocal Vecino Justo Sierra.
12:00-12:30 h. Actividad deportiva. Natación compensación.
Lugar: C.D.M. Vicente del Bosque.
16:30-18:30 h. Programa de envejecimiento activo y saludable.
Lugar: C.M.M. Islas Jarvi.
17:30 h. Homenaje al colectivo mayores cuidadores.
Lugar: C.M.M. Vocal Vecino Justo Sierra.
18:00 h. Actuación de la Rondalla del C.M.M. Peñagrande.
Lugar: C.C. Rafael de León.

Jueves 28 de noviembre

- 10:30 h. Visita cultural San Francisco El Grande.**
11:30 h. Taller de uso del móvil. Lugar: C.M.M. Alfonso XII.
12:00-13:00 h. Actividad deportiva. Estiramientos en pabellón.
Lugar: C.D.M. Vicente del Bosque.
16:30 h. Conferencia del Centro Municipal de Salud sobre la artrosis.
Lugar: C.M.M. La Vaguada.
17:00 h. Actuación de Zarzuela del grupo lírico Rubato.
Lugar: C.M.M. Islas Jarvi.
17:30 h. Conferencia del Centro Municipal de Salud: "La importancia de no olvidar"
Lugar: C.M.M. Ginzo de Limia.
18:00 h. Actuación del grupo de Teatro del C.M.M. La Vaguada. "El Palco del Real".
Lugar: C.C. Rafael de León.

Viernes 29 de noviembre

- 10:00-12:00 h. Actividad intergeneracional.** Dibújame un cuento con el C.E.I.P. República de Paraguay. Lugar: C.M.M. Islas Jarvi.
10:30 h. Descubre tu Distrito. Recorrido saludable por el barrio de Montecarmelo, desde el santuario de Nuestra Señora de Valverde pasando por la entrada del Camino de Santiago en su salida desde Madrid.
11:00 h. Actuación musical.
Lugar: C.M.M. Ginzo de Limia.
11:00 h. Conferencia de la Policía Municipal: Consejos de autoprotección y seguridad (seguridad ciudadana, seguridad vial y seguridad en el hogar).
Lugar: C.M.M. La Vaguada.
13:15-13:45 h. Actividad deportiva. Actividades recreativas en el agua.
Lugar: C.D.M. Vicente del Bosque.
18:00 h. Baile con orquesta y clausura de la Semana de los Mayores 2013.
Lugar: Salón de los Arcos.

Exposición de los trabajos realizados por los participantes de los talleres de los C.M.M.
Se pueden visitar en cada uno de los centros de 16:30 a 18:00 h. del lunes 25 al viernes 29