



DEL 27 DE MAYO AL 2 DE JUNIO DE 2013

XVI SEMANA DEL MAYOR

Lunes 27 de mayo

11 H. INAUGURACIÓN

Actuaciones de la Coral Madre Selva y de Toni Puerto. Final del *Concurso de Talentos*. Centro Municipal La Esfera.

18 H. MUESTRA DE TEATRO

Grupo de Teatro "La Alegría". Obra: *Más allá de los cuentos*. Centro Cultural Pablo Iglesias. (Recogida de entradas: en los centros de mayores).

Martes 28

11 H. Charla: *Seguridad en clave mayor, la seguridad que tú necesitas*.

11 H. Actividad práctica: *Conduce un 'kart'*. Con la colaboración de Protección Civil y de la Policía Local. Parque de Educación Vial. (Inscripción previa en los centros de mayores).

12 H. Charla: *Prevención de la Sordera*. Organizada por ACOM. Centro de Mayores de la calle Salamanca. (Inscripción previa en los centros de mayores).

17 H. Charla: *La Vida Secreta de los Cuadros. El matrimonio Arnolfini*, de Jan Van Eyck. Centro Cultural Pablo Iglesias.

18 H. Conferencia: *Cuidar al cuidador*. Ponente: Marcela Erice Calvo Sotelo, psicóloga. Centro de Mayores de la calle Orense. (Inscripción previa en los centros de mayores).

Miércoles 29

10:30 H. CONOCE TU AYUNTAMIENTO

Servicios, trámites y gestiones municipales. Plaza Mayor, 1. (Inscripción previa en los centros de mayores).

10:30 H. Charla: *Primeros auxilios para mayores en domicilio y autocuidado*. Impartida por Cruz Roja. Centro de Mayores de la calle Salamanca. (Inscripción previa en los centros de mayores).

10:30 H. Charla: *Mediación hacia un envejecimiento positivo*. Impartida por AMME (Asociación de Mediadores para los Mayores y su Entorno). Centro de Mayores de la calle Olivar. (Inscripción previa en los centros de mayores).

11 H. Actuación de Rafaela y los Chavales. Centro de Día Municipal (c/. Pablo Picasso, 38).

12 H. TALLER DE ARTE FLORAL

Patrocinado por Flores Maribel. Centro de Mayores de la calle Daoíz. (Inscripción previa en los centros de mayores).

18 H. HOMENAJE A LOS MAYORES

Espectáculo: *Zarzuela de mis amores*.

Con la colaboración de la Fundación Ciudad de Alcobendas. Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas. (Recogida de entradas: en los centros de mayores).

Jueves 30

11 H. Exhibición: *BAILE EN LÍNEA*.

Plaza Mayor.

17 H. Conferencia: *Herencia con testamento*.

Ponente: Carolina García, asesora jurídica de Mayores. Centro de Mayores de la calle Orense. (Inscripción previa en los centros de mayores).

18 H. Presentación del libro *Diálogo de mujeres sabias* y recorrido por la obra de Fina Sanz, psicóloga, psicoterapeuta, sexóloga y pedagoga. Centro de Mayores de la calle Orense.

Viernes 31

11 H. MAYOR Y DEPORTE

- Bailes de época (sencillas coreografías de los años 50-70).
- *Aquaritmo* (clase dirigida de ritmo en el agua).
- Baño en laguna recreativa (guiado y supervisado por un monitor).

Con la colaboración del Patronato Municipal de Deportes. Ciudad Deportiva Valde las Fuentes. (Inscripción previa en los centros de mayores).

17 H. GRAN BAILE DE MAYORES

Centro Municipal La Esfera (Avenida Olímpica, 14). Venta de entradas: desde el 27 de mayo, en el Centro Cultural Pablo Iglesias, y desde una hora antes del baile, en la taquilla de La Esfera. Precio: 1,02 € para los mayores de 65 años y los socios de los centros municipales de mayores.

Sábado 1 de junio

11 H. ACTIVIDADES FÍSICAS AL AIRE LIBRE

Gimnasia orgánica. Taichi. Rueda cubana. Marcha nórdica. Petanca. Trabajo corporal.

Con la colaboración del Patronato Municipal de Deportes. Arroyo de la Vega (Campana de la Paz).

14 H. DEGUSTACIÓN DE PAELLA

Centro Municipal La Esfera (Avenida Olímpica, 14).

17 H. GRAN BAILE

Amenizado por Trío CANELA. Centro Municipal La Esfera (Avenida Olímpica, 14). (Recogida de entradas: en los centros de mayores).

Domingo 2

17 H. GRAN BAILE VERBENA

Amenizado por la Rondalla "El Abuelo tiene Novia". Centro de Mayores de la calle Orense.

En todas aquellas actividades que requieren inscripción, esta se podrá realizar del 13 al 21 de mayo, de 13 a 17 h, exceptuando los festivos y fines de semana. En el caso de que haya más inscripciones que plazas, se efectuará un sorteo de cada una de las actividades en el centro de la calle Daoíz el día 22, a las 13 h.

www.alcobendas.org



ALCOBENDAS

Un modelo de ciudad

