



Actualidad Alcobendas

## Alcobendas retoma el programa de actividades para los mayores del municipio

10 enero 2022

### Compartir

Compartir Compartir

Twitter

El plazo de inscripción comienza el 17 de enero y la nueva programación de talleres y actividades para las personas mayores daría comienzo en febrero, se prolongará hasta junio e incluye deporte, idiomas, pintura, artesanía, fotografía, informática, memoria o cocina, entre otras actividades.

### Estos son los talleres propuestos:

- **ÁREA CORPORAL:** Iniciación a la marcha nórdica; Pilates; Baile en línea y Muévete en los Parques.
- **TALLERES DE FISIOTERAPIA:** Taller de Marcha y equilibrio; Taller de espalda; Suelo pélvico y Taller de rodilla.
- **MENTE ACTIVA:** Agilidad mental y Estrategias de memoria.
- **CREATIVIDAD:** Cocina para principiantes; Manualidades y Trato teatro.
- **NUEVAS TECNOLOGÍAS:** Ocio con nuevas tecnologías.
- **DESARROLLO PERSONAL:** Espacio de relajación *mindfulness* y Mejora tu autoestima cuidando tu imagen.
- **DESARROLLO CULTURAL:** Mitos griegos; Encuentros de cine; Mayores a debate; Escritura creativa; Salimos en coplas; Club pura lectura y Monográfico. Conociendo la obra de María Lejárraga.

### Archivo LMN



### Publicidad



### Opinión



Feliz Navidad y Año 2022

27 diciembre 2021



Un gran bosque en el antiguo vertedero de Alcobendas

27 diciembre 2021



50000 euros para parques Caninos en Alcobendas

23 diciembre 2021

### Cultura y entretenimiento



Política de cookies

- **NUEVOS TALLERES AUTÓNOMOS** (espacios para compartir conocimientos adquiridos. Sin monitor): Autónomo de marcha nórdica y Hablando en inglés.
- **TALLERES DINAMIZADOS POR VOLUNTARIOS:** Informática básica; Corte y patronaje; Témpera; Artesanía; Fotografía digital; Mus; Ajedrez y Huerto.



Las inscripciones darán comienzo el 17 de enero a través del teléfono 91 659 76 02. Los preinscritos se publicarán en la web municipal y habrá un periodo de reclamaciones del 28 al 31 de enero. El 4 de febrero se sortearán las plazas y el listado definitivo se publicará el 9 de febrero.

Mas información: [Programación de talleres de centros municipales de mayores de Alcobendas.](#)

← El número de alumnos extranjeros en Madrid se incrementa más de un 9% desde 2017

👍 También te puede interesar

## Sidney Poitier, el primer actor de color que consiguió un Oscar

📅 10 enero 2022

Compartir

Compartir

Compartir

La importancia de Sidney Poitier en el cine va mucho más allá de su excelente capacidad como intérprete.



Marilyn Monroe: Teorías de su muerte 60 años después

📅 7 enero 2022



Netflix quiere evitar que se compartan las cuentas en 2022

📅 7 enero 2022

Publicidad



Mundo animal



## El DNI para perros y gatos entra en vigor

📅 7 enero 2022

Compartir

Compartir

Compartir

El miércoles 5 de enero entró en vigor la nueva Ley de Protección y Derechos de los animales. Entre otras medidas, la Ley recoge la obligatoriedad de tener un DNI animal. El objetivo que se persigue es el de crear un registro de animales de compañía para tenerlos identificados y poder asegurar sus derechos.

Aves amenazadas en España después de un estudio de 359 especies

📅 27 diciembre 2021