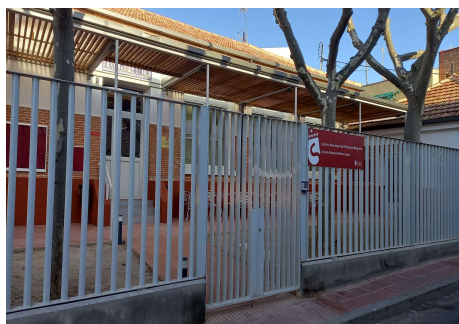


CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES GLORIA FUERTES



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

MARZO 2026



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

SALIDAS CULTURALES

4
MIÉRCOLES

Salida: Casa Museo Lope de Vega. Madrid

Salida: 9:00 h. del Centro Municipal Gloria Fuertes

Regreso: 14:30 h.

15 personas.

Inscripciones:

2 de marzo

Sorteo:

3 de marzo

Confirmación:

3 de marzo



9
LUNES

Salida: Museo Reina Sofía. Madrid. **“Relatos de las Colecciones”**

Salida: 15:45 h. del Centro Municipal Gloria Fuertes

Regreso: 19:30 h. Aproximadamente

15 personas.

Inscripciones: 2 y 3 de marzo

Sorteo: 5 de marzo

Confirmación: 5 y 6 de marzo



18
MIÉRCOLES

Salida. Museo de la Ciencia y Tecnología de Alcobendas.

Salida: 11:30 h en el Centro Municipal Gloria Fuertes

Fin de la visita: 14:00 h

20 plazas

Inscripciones: 12 y 13 de marzo

Sorteo: 16 de marzo

Confirmación: 16 y 17 de marzo



24
MARTES

Salida: Yepes (Toledo)

Turismo, gastronomía y baile.

Salida: 9:00 h del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Regreso: 18:30 h aproximadamente.

Traslado en autocar

Precio 25 €, 52 Plazas

Inscripciones: 12 y 13; **Sorteo:** 19 de marzo

Confirmación: 19 y 20 de marzo



ACTIVIDADES EN EL CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES GLORIA FUERTES

**5
JUEVES**

Bailes latinos. Actuación y Master Class

A cargo de la Asociación Fuentesanta

De 18:30 a 19:30 h en el Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Recogida de entradas en conserjería del mismo Centro, desde las 18:15 por orden de llegada hasta completar aforo (100 personas).

**6
VIERNES**

Tarde de Zarzuela: “La Tabernera del Puerto”

Desde el Teatro Lírico Andaluz

De 17:00 a 19:00 h en el Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes.

Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)

**7
SABADO**

IV Campeonato de Ajedrez para Personas Mayores.

Organizado por el Club de Ajedrez V Centenario.

A las 17:00h

Aula 4 del Centro Municipal Gloria Fuertes

Inscripciones hasta el 6 de marzo a las 20:00h en el tfno. 622581112 o rellenando el siguiente formulario.



<https://forms.gle/QyT1Yt8FcfznyHdA7>

**9, 16 y 23
LUNES**

Taller: “Movimientos para la salud. Ejercicios de Fuerza.”

Para mayores de 70 años.

A cargo del equipo de enfermería del Centro de Salud Rosa de Luxemburgo.

De 17:00 a 18:30h

20 personas

Aula 4

Inscripciones: 2 y 3 de marzo

Sorteo: 5 de marzo

Confirmación: 5 y 6 de marzo



**12
JUEVES**

Conferencia: Autocuidado y Bienestar.

A cargo de Ana Rocío Pareja, experta en talleres de desarrollo personal y atención a personas mayores.

Reflexión sobre la importancia de cuidar el cuerpo, la piel, cómo vamos vestidos con pautas y consejos para vernos mejor y fortalecer la autoestima.

De 17:00 a 18:30 h

Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes. Entrada libre hasta completar aforo (100 personas).



13
VIERNES

Taller de Literatura: Mujeres en la Literatura Clásica desde una perspectiva actual. Actividad en homenaje al 8 M.
A cargo de Sara Rodríguez Muñoz, animadora sociocultural de la Delegación de Personas Mayores.

De 11:00 a 13:00 h. Aula 2

20 personas

Inscripciones: 2 y 3 por orden de inscripción presencial o telefónica



13
VIERNES

Conferencia: La Pintura de Maruja Mallo. Su obra y su tiempo.

A cargo de Adoración González Pérez
Voluntaria cultural del programa de “Igual a Igual”.

De 17:30 a 19:00 h

Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes
Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)



19
JUEVES

Karaoke “Grandes artistas femeninas españolas”.

Desde las 16:30 a las 18:30 h

Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes
Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)

20
VIERNES

Charla/Coloquio: “Como mejorar las Facturas de Luz y Gas, e iniciar en tu casa/ edificio la transición energética”.

A cargo de la Asociación de Fomento de Comunidades Energéticas AFCE

Trae tus facturas.

De 17:00 a 18:30h

Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes
Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)



26
JUEVES

Conferencia: Posibles cambios en la pareja a partir de los 60

A cargo de Vanessa Maillefert Psicóloga del Centro de Mayores

De 17:00 a 18:00 h

Salón de Actos del Centro Municipal Gloria Fuertes
Entrada libre hasta completar aforo (100 personas)

27
VIERNES

Día Mundial del Teatro

Aula de Cine: “El Teatro en el Cine”

De 17:00 a 19:00 h

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**

2
LUNES

Aula de cine: “Recuerdos de la infancia”.

Cine con Palomitas.

De 17:00 a 19:00h

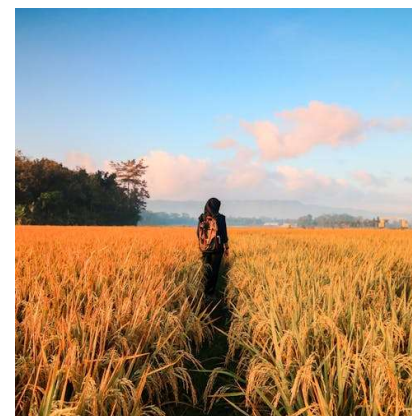
Entrada libre hasta completar aforo (40 personas)

4
MIÉRCOLES

Documental y Tertulia: “Historias de Mujeres Rurales”.

De 17:00 a 18:30 h

Entrada libre hasta completar aforo (40 personas).



11
MIÉRCOLES

Taller: “Tu Móvil y Tú”. Aprovecha tu Móvil.

A cargo de la Fundación Alicia y Guillermo.

De 16:30 a 19:30 h.

20 personas

Tendrán preferencia las personas no inscritas en la actividad de Móviles y aplicaciones y Taller de manejo básico de móviles.

Inscripciones: 2 y 3 de marzo

Sorteo: 5 de marzo

Confirmación: 5 y 6 de marzo



16
LUNES

Taller de Punto de Cruz

A cargo de Julia Bravo Serrano

De 17:00 a 18:30 h.

Entrada libre hasta completar aforo (16 personas)

18
MIÉRCOLES

Conferencia: Catarros y gripe. Utilidad de los antibióticos.

A cargo de Margarita Fernández Martín

Profesora jubilada de Bioquímica de la Facultad de Medicina de la UAM.

De 17:30 a 19:00 h.

Entrada libre hasta completar aforo (40 personas).



23
LUNES

Observación de la Luna y Júpiter con telescopio.

A cargo de Tomás Martín. Miembro del grupo de astronomía CAA.

De 18:00 a 19:00h en el Punto Activo del Parque de la Marina.

Entrada libre hasta completar aforo (40 personas).

25
MIÉRCOLES

Taller de Artesanía:

“Reciclado de cápsulas metálicas de café”

A cargo de Ana María Rodríguez González.

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