

Todos Los Días

El Ejercicio te Cuida. Martes de 10:15h. a 11:00h. Miércoles y jueves de 9:30h. a 10:30h.

Animación (a cargo de Elena y Perera). De martes a jueves. Durante toda la mañana.

Raid de Orientación (Itaca Aventuras). De martes a jueves. Durante toda la mañana.

Programa especial de Radio Comarca. De martes de jueves de 11:00h. a 12:00h.

Cerebros en juego. De 10:00h. a 13:00h. AFA.

Juego de Mesa Balanze. De 10:00h. a 13:30h. ASEXTAS.

Taller RCP-DEA. Soporte vital básico: Información y práctica. De 10:00h. a 13:30h. RCP Extremadura.

Higiene y Salud Bucodental. De 10:00h. a 13:00h. IdexDental.

Venta de Manualidades. De 10:00h. a 13:00h. AFIBROAL.

Taller de Biomedidas del Programa de Salud e Información del Servicio de Teleasistencia.

Programa Enrédate. De 10:00h. a 13:30h. en Cruz Roja.

Mesas Informativas: FEFES, ALREX, Asociación de Celiacos de Extremadura, AFENPAL, ASEXTAS, AFIBROAL, RCP Extremadura, DIABETAL, ADMO, Programa de Promoción de la Autonomía, Servicios de Proximidad y Acompañamiento a la Soledad no deseada y Psicocortex.



ALMENDRALEJO

del 6 al 9 de octubre

Parque de Espronceda



martes 6

Desayuno saludable. 11:00h.

ADMOactiva-Manos en movimiento. 10:00h. - 13:00h. ADMO.

Conoce tus emociones. 10:00h. - 13:30h. FEAFES.

Alimentos en juego. 10:00h. - 13:30h. Ana Sánchez Nutrición.

Servicio de podología. 10:00h. - 13:00h. Mayor Al.

Deterioro cognitivo (Dooble, Caja sensorial: Activa tu sentidos y El Laberinto). 10:00h. - 13:00h. Mensajeros de la Paz.

Taller de mazorcas. 10:00h. - 13:30h. Asoc. de Celiacos de Extremadura

Taller de estimulación cognitiva. 10:30h. - 13:00h.. Centro de Mayores
Campeonato de billar. (Más información en Centro de Mayores).

Jugando iguales. 10:00h. - 13:30h. Oficina de Igualdad y
Punto de Atención Psicológica del Ayuntamiento de
Almendralejo.

Demostración de presoterapia de la mano de M^a Carmen
Justo García (Fisioterapeuta). 10:00h. - 13:30h. AECC
Junta Local de Almendralejo.

Detective de los sentidos. 10:00h. - 13:30h. Includes.

Súper héroes al rescate. 10:00h. - 13:30h. Diabetal.

Mesa informativa. 10:00h. - 13:30h. Policlínica San Blas.

Clínica Médico-Estética Doctor Abbad.

Servicios sociosanitarios San Judas.

miércoles 7

Conoce tus emociones. 10:00h. - 13:30h. FEAFES.

Servicio de podología. 10:00h. - 13:00h. Mayor Al.

ADMOactiva-Manos en Movimiento.

10:00h. - 13:00h. ADMO.

Jugando iguales. 10:00h. - 13:30h. Oficina de Igualdad y Punto de Atención
Psicológica del Ayuntamiento de Almendralejo.

Conoce los servicios de la AECC. Voluntariado contra
el cáncer: únete a nuestro equipo. 10:00h. - 13:30h.
AECC Junta Local de Almendralejo.

Detective de los sentidos. 10:00h. - 13:30h. Includes.

Actividades físicas (Diana, Encajar la pelota, Atrapa el
canuto...). 10:30h. - 13:00h. Mensajeros de la Paz.

Juego de la rana. 10:30h. - 13:00h. Centro de Mayores.
Campeonato de cartas. (Más información en Centro de
Mayores).

Charla: "El cuerpo habla, aprende a escuchar sus señales".
A cargo de Esperanza Chamizo Cruz (Terapeuta
ocupacional). 12:00h. Lugar: Sala coworking del Mercado
Municipal.

Taller de lavado de manos y plato sano. 11:00h. - 12:00h.
Centro de Salud de San José y Centro de Salud San Roque.

Pulsera detective de la diabetes. 10:00h. - 13:30h. Diabetal.

Jueves 8

Conoce los servicios de la AECC.

Voluntariado contra el cáncer: Únete a nuestro
equipo. 10:00h. - 13:30h. AECC Junta Local de Almendralejo.

Legado de risas. 10:00h. - 13:30h. Residencia Ntra. Sra. de la Piedad.

Salud con todas las letras. 10:00h. - 13:30h. Includes.

Desayuno saludable. 10:30h. Mayor Al.

Actividades Deterioro Cognitivo (Carreras de caballos, El camino de colores, Estimulación
cognitiva). 10:30h. - 13:00h. Mensajeros de la Paz.

Exposición de crochet y amigurumi. 10:30h - 13:00h. Centro de Mayores.

Taller de bisutería. 10:30h. - 13:00h. Centro de Mayores.

Campeonato de dominó. (Más información en Centro de Mayores).

Muestra de cocina saludable. 12:00h. Asoc. de Mujeres de Almendralejo Ntra. Sra. de la Piedad.

Bingo saludable. La Diabetes explicada. 10:00h. - 13:30h. DIABETAL.

viernes 9

Ruta senderista. El ejercicio te cuida. Salida a las 9:30h. desde la Puerta Principal
del Parque de las Mercedes (escaleras). Finalización: 11:00h.

Convivencia del Mayor: Palacio del Vino. Organiza: Concejalía del Mayor.

13:30h. Palacio del Vino. Las entradas se podrán adquirir durante la Semana de la
Salud y del Mayor en la Plaza de Espronceda. El importe íntegro de las entradas
será donado a una Asociación participante en la Semana de la Salud y el Mayor.

Baile. 16:00h. Apertura al público en general.

