

I JORNADA

Cala

Envejecimiento activo y salud

Jueves, 26 de abril de 2018

-Inscripciones gratuitas durante el desayuno

(dorsal y regalo hasta fin de existencias)

- 10:00 h Desayuno saludable

(Lugar: Club Pensionistas 'El Castillo')

- 11:00 h Caminar es + Salud (Ruta: 30min)

(Lugar de salida: Club Pensionistas 'El Castillo')

- 11:30 h Bailes y estiramientos (Bea Campano y Avelino Trujillo)

(Lugar: Club Pensionistas 'El Castillo')

- 12:00 h Charlas:

-Cuídate (Rocío Papaleo. Enfermera de familia de la localidad)

-Envejecimiento activo (Juan Manuel Espinosa. Asesor de Envejecimiento de la Secretaría General de Salud Pública)

(Lugar: Club Pensionistas 'El Castillo')

- 13:30 h Actuación del Coro de Cala

(Lugar: Club Pensionistas 'El Castillo')

- 14:00 h Potaje de garbanzos y croquetas

(PRECIO BEBIDA: socios 0,80€ y no socios 1,00€)

(Lugar: Club Pensionistas 'El Castillo')

Colaboradores:



Hdad. Ntra. Sra. Virgen de Cala



SEPER "San Benito"