

# 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"