



ORGANIZA



AYUNTAMIENTO
DE MONTEMAYOR
Area Bienestar Social

IS Instituto Provincial de
Bienestar Social
Diputación de Córdoba

MES del MAYOR en MONTEMAYOR

Del 24 de Septiembre al 28 de
Octubre de 2022

Todas las inscripciones se realizaran en el centro de
participación activa del mayor

COLABORAN



Abundio Carmona
Morales

Campeonato de Dominó. Desde el 24 de Septiembre.

Viernes 7 Octubre.

17:30 horas: **Inauguración Exposición fotográfica de Abundio Carmona Morales.** "Recuerdos de Montemayor".

Lugar: Casa de la Cultura.

18:00 horas: **Actuación de Alfonso Borrallo.**

Lugar: Centro Participación activa del mayor.

Sábado 8 Octubre.

9:00 horas: **Senderismo Ruta de las fuentes y cerro de la alcoba.**

Salida desde Plaza de la Constitución. Guiada por la Asociación amigos del cerro de la alcoba.

Lunes 10 Octubre.

17:30 horas: **Conferencia "¿Qué memoria tengo?"**

Ponentes:

Maria Jesús Pérez Cobos. Enfermera y presidenta AFADEFER.

María Emilia Castillo Jiménez. Psicóloga y directora de AFADEFER.

Lugar: Casa de la Cultura.

Martes 11 Octubre.

10:00 horas: **Yoga para mayores** (primer grupo).

Lugar: Hábitat Joven (15 plazas)

Jueves 13 Octubre.

17:30 horas: Creación de ambientadores naturales.

Lugar: Centro de participación activa del mayor. (32 plazas).

Viernes 14 Octubre.

17:30 horas: Cata maridada “vinos de Montemayor”.

Lugar: Museo de Ulia (30 plazas)

Sábado 15 Octubre

11 a 13 horas: Elaboración piezas de barro.

Lugar: Centro de participación activa del mayor.

Lunes 17 Octubre

9 horas: Campeonato de petanca. Pistas municipales de petanca.

Martes 18 Octubre.

17:30 horas: Conferencia “Alimentación y hábitos saludables”.

Ponente: Isabel Alcaide Aguilar, enfermera y coordinadora de enfermería de los centros de salud de Montemayor y Fernán Nuñez.

Lugar: Casa de la Cultura. A continuación merienda saludable.

Miércoles 19 Octubre.

9 a 10 y de 10 a 11 horas: Gimnasia al aire libre.

Parque Miguel Hernández, a continuación se realizará un desayuno.

Jueves 20 Octubre.

10:00 horas: Taller de Yoga. (segundo turno)

Lugar: Hábitat joven (15 plazas).

Viernes 21 Octubre.

18 horas: Conferencia “La libertad de elegir como envejecemos”.

Ponente Maite Luque López, Psicóloga. Lugar: Casa de la Cultura.

Sabado 22 Octubre.

8:00 horas: Viaje Cultural Ciudad de Ronda. (26€)

Salida desde parada de autobuses.

Lunes 24 Octubre.

17:30 horas: Decoración de piezas de alfarería.

Lugar: Centro de participación activa del mayor.

Del 25 - 27 Octubre.

18:00 horas: Talleres especiales de MEMORIA Y RISOTERAPIA.

Lugar: Centro de participación activa del mayor.

Jueves 27 Octubre.

17:30 horas: Taller Cocinando con Px. (15 plazas).

Viernes 28 Octubre.

17:30 horas: Acto de Clausura y Homenaje a Dña. Carmen Sánchez Jiménez “Carmen la Artista”.

POR PARTICIPAR EN LAS ACTIVIDADES SE ENTRARÁ EN EL SORTEO DE UN REGALO.