



Región de Murcia

IMAS instituto murciano
de acción social

DIRECCIÓN GENERAL DE PERSONAS MAYORES

CENTRO SOCIAL DE PERSONAS MAYORES

Avda. Juan Carlos I, 17- 30400 Caravaca de la Cruz. Murcia
Teléfono: 968 70 28 16. FAX: 968 70 36 23

**CENTRO SOCIAL
DE PERSONAS MAYORES
DE CARAVACA DE LA CRUZ**

**PROGRAMA DE
ACTIVIDADES
MARZO
2023**

ACTIVIDADES

Domingo, 5 de marzo. Baile amenizado por Antonio de Mula, y Rifa. 17:00 H.



Actividades conmemorativas del día de la mujer:

Miércoles, 8 de marzo. Imposición de lazos a las personas usuarias en los distintos talleres.

Miércoles, 22 de marzo. Ruta de la floración de Cieza, con visita guiada por voluntarios del Centro Social de Personas Mayores de Cieza, con pícnic.

MENSUALES CENTRO SOCIAL

Domingo, 12 de marzo. Baile amenizado por Alfonso (del Grupo Aguamarina), y Rifa. 17:00 H.

Viernes, 17 de marzo de 11:30-12:30. Actividad grupal intergeneracional. Usuarios taller de manualidades y alumnos de 4º E.S.O. I.E.S. Ginés Pérez Chirinos.

Sábado, 18 de marzo. Viaje a Cartagena "Ciudad Milenaria". Visita Museo Nacional de arqueología Subacuática y Museo Naval. Gran comida marisquera.

Domingo, 19 de marzo. Baile amenizado por Antonio Romo, y Rifa. 17:00 H.

Domingo, 26 de febrero. Baile amenizado por Alfonso (del Grupo Aguamarina) y Rifa. 17:00 H.

ACTIVIDADES

PERMANENTES

ACTIVIDAD	DÍA	HORA
JUEGOS DE MESA, SALA DE BILLAR Y PISTA DE PETANCA	TODOS LOS DÍAS	HORARIO DEL CENTRO

TALLERES/ GRUPOS

PERMANENTES

TALLER/GRUPOS	DÍA	HORA
INFORMÁTICA INICIACIÓN	LUNES	16:00 a 18:00
INFORMÁTICA AVANZADO		18:00 a 20:00
PILATES GRUPO 1	LUNES Y MIÉRCOLES	11:45 a 12:45
PILATES GRUPO 2	MARTES Y JUEVES	11:45 a 12:45
PILATES GRUPO 3	LUNES Y MIÉRCOLES	17:00 a 17:45
YOGA	VIERNES	11:45 a 12:45
EN FORMA	MARTES	17:15 a 18:15
ENTRENA	MARTES	17:15 a 19:15 Finaliza el 21 de abril Empieza el 25 de abril
GERONTOGIMNASIA GRUPO 1 GRUPO 2 GRUPO 3	MARTES Y JUEVES	1º GRUPO: 9:15 a 10:00 2º GRUPO: 10:05 a 10:50 3º GRUPO: 10:55 a 11:40
PSICOESTIMULACIÓN	MARTES	10:00 a 11:00
RELAJACIÓN/ MENOS DOLOR MÁS VIDA	MIÉRCOLES	10:00 a 12:00
INGLÉS	MARTES	18:30 a 19:30
VIVIR ES DESCUBRIRME	MARTES	17:00 a 18:30
DIBUJO Y PINTURA	MARTES	10:30 a 12:00
MANUALIDADES	MARTES	12:00 a 13:30
GRUPO DE TEATRO	MIÉRCOLES	11:30 a 13:00
AJEDREZ PRINCIPIANTE Y AVANZADOS	LUNES	10:00 a 12:00
LITERATURA	MARTES	18:00 A 19:00
TALLERES DE BAILE SEVILLANAS Y BAILE REGIONAL	MARTES	11:45-12:30 12:30-13:15