



PROGRAMA ADIÓS SOLEDAD

ACTIVIDADES SEMANALES GRATUITAS - SEPTIEMBRE 2026

LUNES

10H - 12H



Actívate en Movimiento

Actividades físicas adaptadas

Lunes alternos



Bailando la Vida

Mantente activo/a y diviértete

12H - 13'30H

Actividad semanal rotativa

MARTES

10H - 12H



Vivir con Bienestar

Autocuidado en la vida diaria

Martes alternos



Sabores que Cuidan

Experiencias culinarias saludables

12H - 13'30H

Actividad semanal rotativa

MIÉRCOLES

10H - 12H



EmocionaTE: Historias que Nos Conectan

Un espacio para expresar y comprender las emociones de manera positiva.

12H - 13'30H

Actividad semanal rotativa

JUEVES

10H - 12H



Crea y Comparte

Actividades manuales y creativas

12H - 13'30H

Actividad semanal rotativa

VIERNES

10H - 11H

Actividad especial del mes

- 11/9 ☕ Café y Encuentro
- 18/9 📱 Sácale Partido a tu Móvil
- 25/9 🏠 Descubre tu Comunidad
-

12H - 13'30H

Actividad semanal rotativa

**¡TE ESPERAMOS EN LOS
DIFERENTES CENTROS!
PARA INSCRIBIRTE
LLAMANOS AL**



663 70 25 44



Ayuntamiento de Alicante





ACTIVIDADES SEMANALES ROTATIVAS

LUNES

12H - 13'30H

TÓMBOLA Y FELICIDAD SÁNCHEZ:

💬 Comunícate con confianza:

JUAN XXIII

🤝 Encuentros en Compañía:

PLAYAS:

🧩 Entrena tu Mente: 14 de septiembre

🧠 En Calma : 21 de septiembre

🧠 ActivaMente : 28 de septiembre

MARTES

12H - 13'30H

TÓMBOLA:

🧠 ActivaMente: 14 de septiembre

🧠 En Calma: 21 de septiembre

🧩 Entrena tu Mente: 28 de septiembre

CAMPOAMOR Y FELICIDAD SÁNCHEZ:

🤝 Encuentros en Compañía

JUAN XXIII:

💬 Comunícate con confianza

MIERCOLES

12H - 13'30H

CAMPOAMOR:

🧩 Entrena tu Mente: 28 de septiembre

🧠 En Calma: 21 de septiembre

🧠 ActivaMente: 28 de septiembre

PLAYAS:

🤝 Encuentros en Compañía

JUEVES

12H - 13'30H

CAMPOAMOR Y FELICIDAD SÁNCHEZ:

💬 Comunícate con confianza

JUAN XXIII:

🧩 Entrena tu Mente: 14 de septiembre

🧠 En Calma: 21 de septiembre

🧠 ActivaMente: 28 de septiembre

VIERNES

12H - 13'30H

TÓMBOLA:

🤝 Encuentros en Compañía

PLAYAS:

💬 Comunícate con confianza

¡ANÍMATE A PARTICIPAR!

¡TE ESPERAMOS! ❤️

soledadnosedada@alicante.es



Ayuntamiento de Alicante

