

Mes de la Salud

Mayores

PROGRAMA DE ACTIVIDADES
EN PROMOCIÓN DE LA SALUD



Gobierno
de Canarias



COLEGIO DE ENFERMERÍA
DE LAS PALMAS



asociación
española
contra el cáncer

 Agüimes



Abril 2026

MES DE LA SALUD : Charlas y talleres

Miércoles 1

LA IMPORTANCIA DE EJERCITAR LA MEMORIA

Imparte: Loli Ruano. Enfermera Zona Básica de Salud de Agüimes.

17:00 Centro de Mayores de Agüimes

Martes 7

QUE SUCEDE EN MI SALUD FÍSICA A CAUSA DE MI SALUD MENTAL

Imparte: Montserrat Suárez. Psicóloga.

09:30 Centro de Mayores Cruce de Arinaga

Jueves 9

EL SEXO NO TIENE EDAD

Imparte: Chaxiraxi Guedes. Matrona Agüimes.
(Chiquita pero Matrona) .

17:00 Centro de Mayores Cruce de Arinaga

Abril 2026



Viernes 10

SESIÓN DE MOVIMIENTO VITAL EXPRESIVO

Imparte: Raquel Estévez, Educadora física deportiva.
Programa de Actividad física para mayores.

09:00 Plaza de Las Ramblas (Agüimes)

Martes 14

FUNCIONAL 50+ ENTRE GENERACIONES

Imparte: Raquel Estévez, Educadora física deportiva.
Programa de Actividad física para mayores.

09:00 CEIP Beñesmen

Miércoles 15

FUNCIONAL 50+ ENTRE GENERACIONES

Imparte: Raquel Estévez, Educadora física deportiva.
Programa de Actividad física para mayores.

09:00 CEIP Veinte de Enero

MES DE LA SALUD : Charlas y talleres

Jueves 16

FUNCIONAL 50+ ENTRE GENERACIONES

Imparte: Raquel Estévez, Educadora física deportiva.
Programa de Actividad física para mayores.

09:00

CEIP La Viñuela

Lunes 20

CELEBRAMOS LA SALUD CON EMBARAZADAS, MAMÁS Y BEBÉS

Imparte: Chaxiraxi Guedes. Matrona Agüimes (Chiquita pero Matrona)
y Fayna Castillo. Educadora física deportiva (Equilibra-T).

17:00

Centro de Mayores Agüimes

Miércoles 22

HERRAMIENTAS PARA AFRONTAR EL DUELO

Imparten: Montserrat Suárez. Psicóloga.

17:00

Centro de Mayores Cruce de Arinaga

Abril 2026



MES DE LA SALUD : Charlas y talleres

Jueves 30

HERRAMIENTAS PARA MEJORAR MI VIDA,
MENTE SANA EN CUERPO SANO

Imparte: Montserrat Suárez. Psicóloga.

17:30

Centro de Mayores Arinaga

Abril 2026



Lunes 13

KIT PARA CUANDO TODO SALE MAL

Imparte: Montserrat Suárez. Psicóloga.

09:00 IES Cruce de Arinaga

Viernes 17

KIT PARA CUANDO TODO SALE MAL

Imparte: Montserrat Suárez. Psicóloga.

09:00 IES Joaquín Artiles y CPEIPS
Nuestra Señora del Rosario

Lunes 27

KIT PARA CUANDO TODO SALE MAL

Imparte: Montserrat Suárez. Psicóloga.

09:00 IES Playa de Arinaga