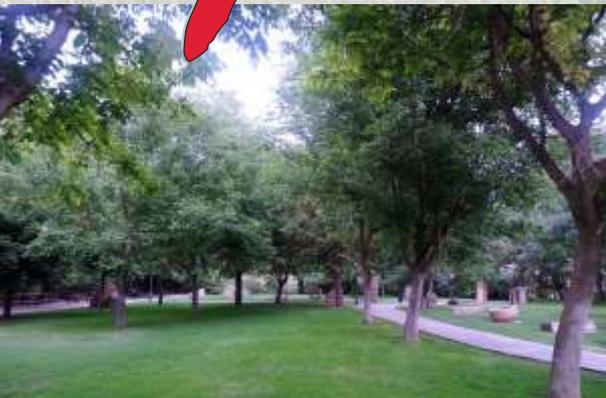




COAPEMA
consejo aragonés de
las personas mayores



IX MARCHA SALUDABLE

Día Internacional de las Personas Mayores

*¡Date un capricho y disfruta
de un día en Calamocha!*

29/9/2023

PROGRAMA:



- 09:00 h:** ▶ Salida desde Zaragoza en autobús. Museo Pablo Serrano, Paseo María Agustín, 20.
- 10:30 h:** ▶ Llegada a Calamocha y entrega de equipamiento para la marcha en la Ermita Santo Cristo.
- 10:45 h:** ▶ Comienzo de "La Ruta Guiada del Agua".
- 11:45h:** ▶ Descanso y refrigerio.
- 12:30 h:** ▶ Recepción de autoridades en el Parque Mayor de Calamocha.
- Lectura del Manifiesto COAPEMA 2023** con motivo del Día Internacional de las Personas Mayores.
- 13:15 h:** ▶ Hogar de Mayores IASS.
- **Charla** "La alimentación saludable en el mayor" realizada por Olivia Fidalgo Pamplona, técnico superior en dietética.
 - **Comida** en el Hogar de Mayores del IASS.
 - **Actuación musical** a cargo del dúo "Willy y Megina".
 - Sorteo de regalos.
- 18:00 h:** ▶ Visita y degustación al Museo del Jamón.
- 19:30 h:** ▶ Regreso a Zaragoza.

Información:

Consejo Aragonés de las Personas Mayores
C/ Franco y López, 4 - 50005 ZARAGOZA
Tel. 976 434 606 / 618 910 584 / 605 037 632
info@coapema.es - www.coapema.es

Inscripción: 45€

