



La Concejalía de Servicios Sociales de Alhama
de Murcia presenta la programación de:

Aulas de Experiencia

enero – junio 2026

¡Anímate y participa!
La asistencia es gratuita



968 222 842



l.gil@televida.es



AYUNTAMIENTO
Alhama de Murcia



EMPRESAS POR UNA
SOCIEDAD LIBRE DE
VIOLENCIA DE GÉNERO

SERVICIO DE TELEASISTENCIA

Tunstall **televida**

Enero

01

Fortalece tu futuro

Jueves 22 de enero 2026. De 10:30 a 12:00h.

Lugar: Salón de actos del Centro de Mayores de Alhama de Murcia.



Febrero

01

Envejecer con un propósito

Jueves 12 de febrero 2026. De 10:30 a 12:00h.

Lugar: Salón de actos del Centro de Mayores de Alhama de Murcia.

02

Alimentación saludable

Jueves 26 de febrero de 2026. De 10:30 a 12:00h.

Lugar: Tele Club de La Costera.

Marzo

01

Calidad de vida y tecnología

Jueves 5 de marzo de 2026. De 10:30 a 12:00h.

Lugar: Salón de actos del Centro de Mayores de Alhama de Murcia.

02

Gestión de emociones y autoestima

Jueves 26 de marzo de 2026. De 10:30 a 12:00h.

Lugar: Salón de actos del Centro de Mayores de Alhama de Murcia.

Abril

01

Actívate para tener una vida plena

Jueves 23 de abril de 2026. De 16:30 a 18:00h. **Lugar:** Casa de La Cultura de El Berro.

02

Recursos para envejecer activa y saludablemente

Jueves 30 de abril de 2026. De 10:30 a 12:00h. **Lugar:** Salón de actos del Centro de Mayores de Alhama de Murcia.

Mayo

01

Deterioro cognitivo y demencia

Jueves 7 de mayo de 2026. De 10:30 a 12:00h. **Lugar:** Tele Club de La Costera.

02

Las pérdidas. Afrontamiento del duelo

Jueves 21 de mayo de 2026. De 10:30 a 12:00h. **Lugar:** Salón de actos del Centro de Mayores de Alhama de Murcia.

Junio

01

Efectos del calor

Jueves 4 de junio de 2026.
De 16:30 a 18:00 h.

Lugar: Casa de La Cultura de El Berro.

Impartidas por Leonor Victoria Gil Jareño, coordinadora de envejecimiento activo y saludable del Servicio de Teleasistencia del Ayuntamiento de Alhama de Murcia.