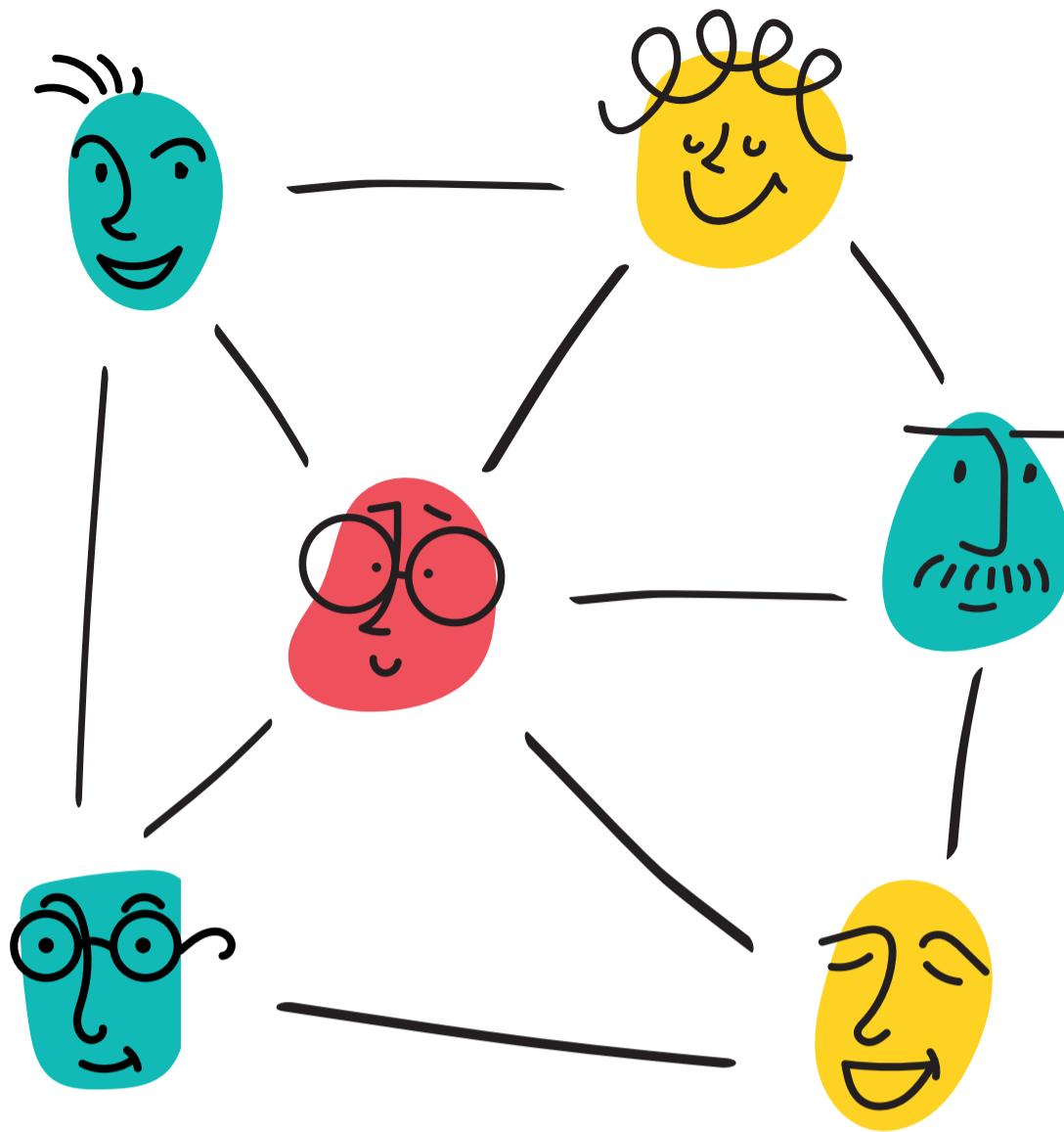


RED MAYORES Ensanche

Somos barrio.
Hacemos barrio.

ACTIVIDADES
JUNIO

Dirigidas a personas
mayores de 65 años



¿QUÉ HAY QUE ARREGLAR EN EL ENSANCHE?

Manda tu propuesta a
**redesdemayoresensanche
@pamplona.es**

WhatsApp: **610124987**

Buzones físicos: Farmacias
del Ensanche, Unidad de
Barrio, Cruz Roja espacio
activo, centro Convive Leire.

LA COMPRA QUE NOS UNE

(acompañamiento al
mercado para hacer
la compra)

Martes 4, 11, 18 y 25 de junio

Organiza: Cruz Roja y
Mercado del Ensanche

Dónde: T. 948206442 o
presencialmente de
9:00- 13:00 hrs de lunes a
viernes en el espacio activo
de Cruz Roja.
(C. Aralar 2 bajo)

VISITA "CONOCE LA VIDA DEL PARQUE FLUVIAL"

Miércoles 26 de junio

Dónde: En la pasarela de
Donapea, al lado del molino
de San Andrés, en Villava,
donde se juntan los ríos Arga
y Ulzama.

Hora: 11:00 hrs

Organiza: Centros convive

TALLER ACTIVA TU MENTE

**Lunes y miércoles: 10, 12, 17, 19,
24 y 26 de junio**

Organiza: Solera Asistencial

Dónde: Civivox Ensanche

Hora: 09:30 - 11:00 horas

CHARLA INFORMATIVA:

**Cómo prevenir enfermedades
en la Tercera Edad**

6 de junio

Organiza: Pico de Orhi y
Colegio de Médicos.

Dónde: Salón del Colegio de
Médicos. (Avda. Baja Navarra 47)

Hora: 18:00 hrs

BINGO

Viernes: 7, 14, 21, 28 de junio

Organiza: Convive Leyre

Dónde: Centro Convive Leyre
(C/Leyre, 17-19 bajo)

Hora: 18:00 a 20:00 hrs

No es necesaria inscripción

TARDEO

Jueves 6, 20, 27 de junio

Organiza: Convive Leyre

Dónde: Centro Convive Leyre
(C/Leyre, 17-19 bajo)

Hora: 18:00 a 19:00 hrs

No es necesaria inscripción

Inscripciones

Correo:
[redesdemayoresensanche@
pamplona.es](mailto:redesdemayoresensanche@pamplona.es)

Telefónico:
610124987 martes, jueves
y viernes (9:00 - 13:30 hrs)
y los miércoles
(17:00- 19:00 hrs).

También por Whatsapp



Pamplona.es/
Pamplonatecuida

Pamplona
te cuida



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala

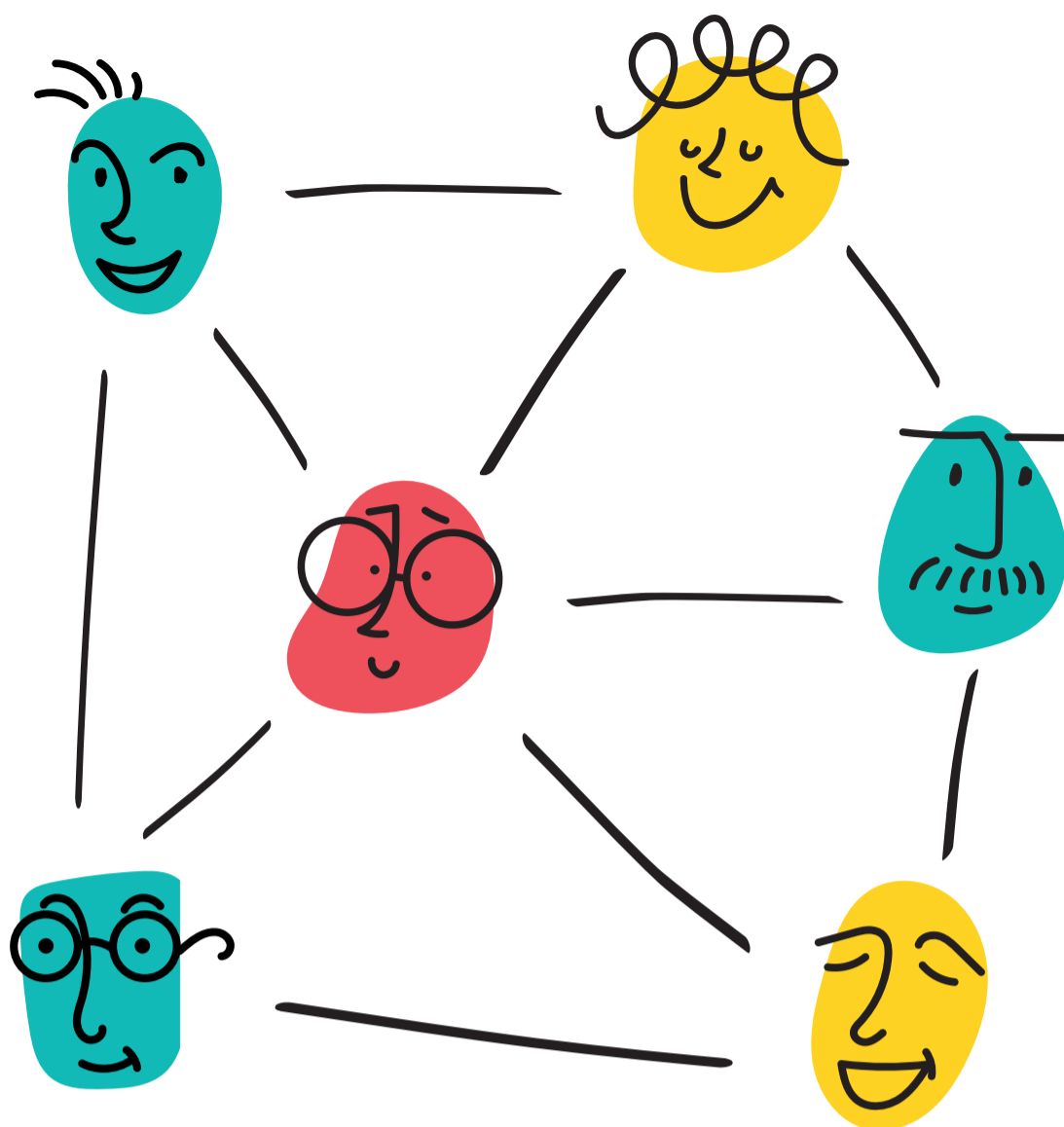
Zabalguneko ADINEKOEN SAREA

Auzoa gara.
Auzoa egiten dugu.

EKAINEKO

JARDUERAK

65 urtetik
gorakoendako



ZER KONPONDU BEHAR DA ZABALGUNEAN?

Bidali zure proposamena
redesdemayoresensanche@pamplona.es

helbidera

WhatsApp: **610124987**

Postontzi fisikoak:

Zabalguneko Farmaziak,
Auzo Unitatea, Gurutze
Gorria gune aktiboa,
Leire Elkarrekin zentroa.

BATZEN GAITUEN EROSKETA

(merkatura laguntzea
erosketak egitera)

**Astearteetan: ekainak 4,
11, 18 eta 25**

Antolatzailea: Gurutze
Gorria eta Zabalguneko
Merkatua

Tokia: 948206442

telefonoan, edo auzo
aurre, astelehenean
ostiralera, 09:00etatik
13:00etara, Gurutze
Gorriaren Gune Aktiboan.
(Aralar k. 2, behe)

"EZAGUTU IBAI-PARKEAREN BIZITZA" BISITA

Ekainak 26, asteazkena

Tokia: Donapeako pasabidean,
San Andres errotaren ondoan,
Atarrabian, Arga eta Ulzama
ibaiak elkartzen diren tokian edo
Atarrabian.

Ordutegia: 11:00etan

Antolatzailea: Ikastetxeak
elkarrekin

LANTEGIA: BIZKORTU ZURE ADIMENA

**Ekainak 10, 12, 17, 19, 24 eta 26
(astelehen eta asteazkenetan)**

Antolatzailea: Solera
Asistencial

Tokia: Zabalguneko Civivoxa

Ordua: 09:30- 11:00

HITZALDIA:

**Nola prebenitu gaixotasunak
Hirugarren Adinean**

Ekainak 6

Antolatzailea: Pico de Orhi eta
Medikuen Elkargoa.

Tokia: ikuen Elkargoko aretoa.
Nafarroa Behereko etorb. 47

Ordua: 18:00

BINGOA

**Ekainak 7, 14, 21 eta 28
(ostiralak)**

Antolatzailea: Convive Leyre

Tokia: Convive Leyre Zentroa
(Leire k. 17-19, behe)

Ordua: 18:00 - 20:00

Ez da beharrezkoa izena ematea

ARRATSALDE-PASA

Ekainak 6, 20 eta 27 (ostegunak)

Antolatzailea: Convive Leyre

Tokia: Convive Leyre Zentroa
(Leire k. 17-19, behe)

Ordua: 18:00 - 19:00

Ez da beharrezkoa izena ematea

Zabalguneko izen-emateak

Helbide elektronikoa:
redesdemayoresensanche@pamplona.es

Telefonoz:
610124987 zenbakian (astearte,
ostegun eta ostiraletan,
09:00etatik 13:30era, eta
asteazkenetan, 17:00etatik
19:00etara)

Baita WhatsApp ere



[Pamplona.es/eu/
iruneakzaintzenzaitu](https://pamplona.es/eu/iruneakzaintzenzaitu)

Iruñeak zaindu
egiten zaitu



Ayuntamiento de
Pamplona

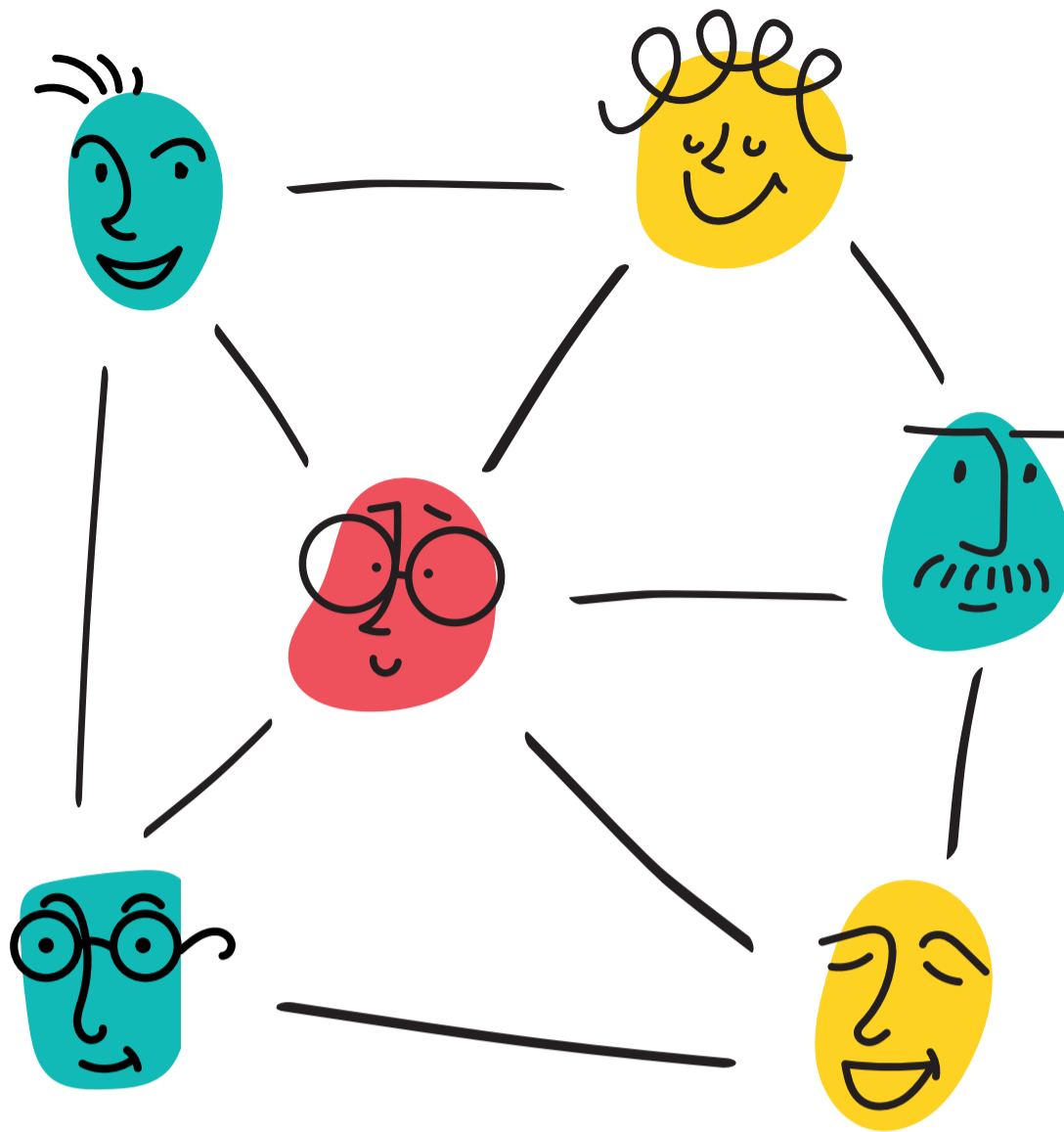
Iruñeko
Udala

RED MAYORES Casco Viejo

Somos barrio.
Hacemos barrio.

ACTIVIDADES
JUNIO

Dirigidas a personas
mayores de 65 años



TALLER DE "PIE DIABÉTICO"

4 de junio

Organiza: Centro de salud

Dónde: Centro de salud del Casco Viejo

Hora: 9:00 a 11:00 hrs

Imprescindible inscripción en admisión del Centro de Salud

PASEOS SALUDABLES Y TEMÁTICOS

Lunes 3, 10, 17 y 24 de junio

Organiza: Mayores del Casco Viejo, Asoc. Amigos de los Castillos y Pamplonistas

Dónde: Civivox Condestable

Hora: 11:00 a 12:00 hrs

AYUDA CON LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Sesiones individuales de ayuda con las tecnologías en la Biblioteca de San Francisco

Jueves

Organiza: biblioteca de San Francisco y Pamplonistas

Hora: 12:00 a 13:00 hrs o de 13:00 a 14:00 hrs

Cita previa en el 948210524 o biblisfr@navarra.es

VISITA "CONOCE LA VIDA DEL PARQUE FLUVIAL"

Miércoles 26 de junio

Organiza: Centros convive

Dónde: En la pasarela de Donapea, al lado del molino de San Andrés, en Villava, donde se juntan los ríos Arga y Ulzama

Hora: 11:00 hrs

TALLER DE ACTIVA TU MENTE- TAM

Martes y jueves 11, 13, 18, 20, 25 y 27 de junio

Organiza: Solera Asistencial

Dónde: Plazara!

Hora: 9:30 a 11:00 hrs

BINGO

Jueves 6, 13, 20, 27 de junio

Organiza: Convive Estafeta

Dónde: Centro Convive Estafeta (C/Estafeta, 47 bajo)

Hora: 18:00 a 20:00 hrs

No es necesaria inscripción

TARDEO

Viernes, 7, 21, 28 de junio

Organiza: Convive Estafeta

Dónde: Centro Convive Estafeta (C/Estafeta, 47 bajo)

Hora: 18:00 a 19:00 hrs

No es necesaria inscripción

ESPACIO UNE

Martes, 11 de junio

Organiza: Actividad colaborativa: Asociación Síndrome de Down Navarra y Convive Estafeta

Dónde: Centro Convive Estafeta (C/Estafeta, 47 bajo)

Hora: 17:30 hrs

No es necesaria inscripción

Inscripciones

Correo:

redesdemayorescascoviejo@pamplona.es

Telefónico:

610124987 martes, jueves y viernes (9:00 - 13:30 hrs) y los miércoles (17:00- 19:00 hrs).

También por **Whatsapp** 



Pamplona.es/
Pamplonatecuida

Pamplona
te cuida



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala

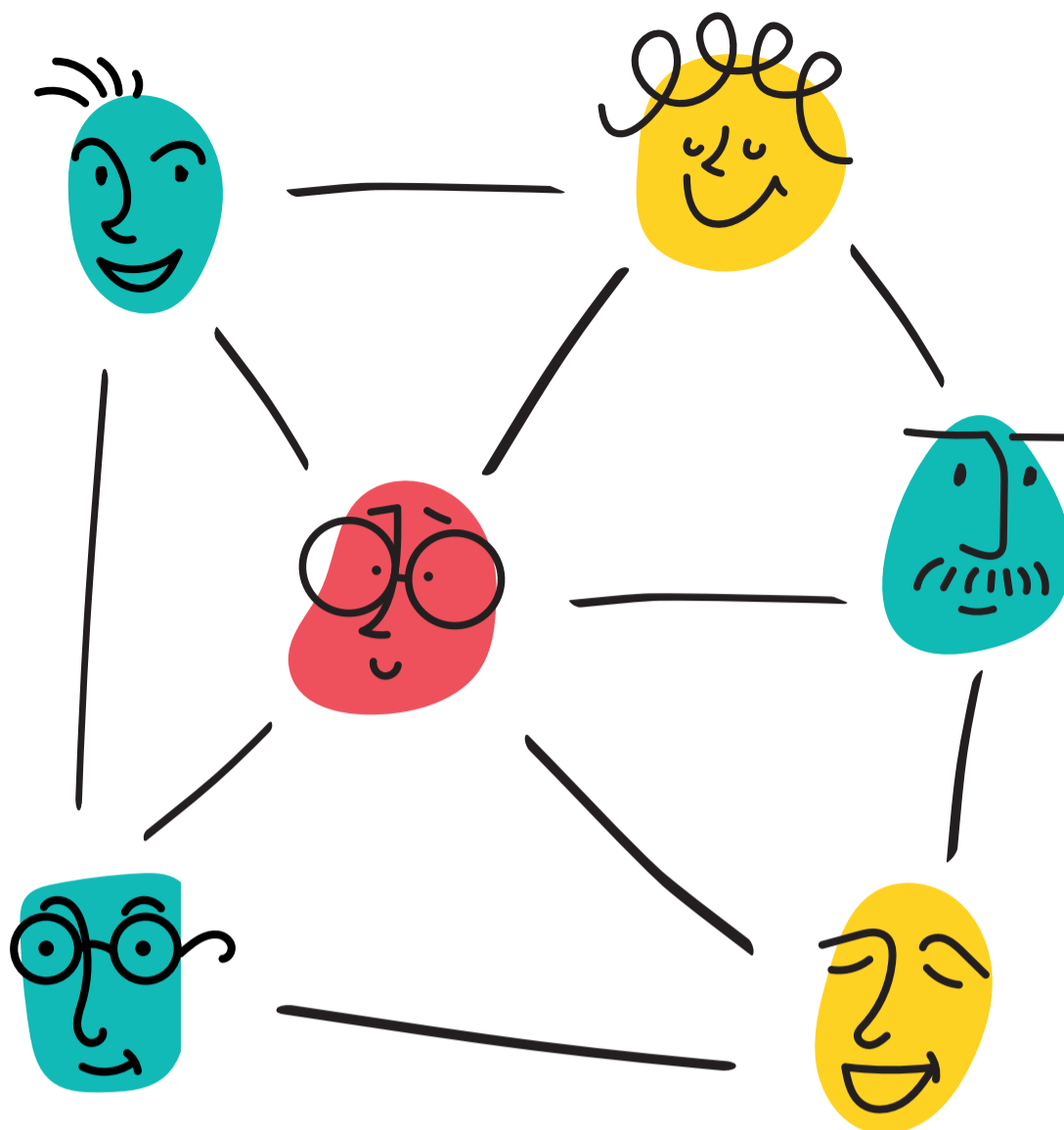
Alde Zaharreko ADINEKOEN SAREA

Auzoa gara.
Auzoa egiten dugu.

EKAINEKO

JARDUERAK

65 urtetik
gorakoendako



LANTEGIA: OIN DIABETIKOKO TAILERRA

Ekainak 4

Antolatzailea: Osasun zentroa
Tokia: Alde Zaharreko osasun zentroa

Ordua: 9:00 - 11:00

Ezinbestekoa da Osasun Zentroko onarpenean izena ematea

IBILALDI OSASUNGARRIAK ETA TEMATIKOAK

**Ekainak 3, 10, 17 eta 24
(astelehenak)**

Antolatzailea: Alde Zaharreko Adinekoen elkarteak, Gazteluen Lagunak eta Pamplonistas

Tokia: Kondestable Civivoxa

Ordua: 11:00 - 12:00

LAGUNTZA TEKNOLOGIA BERRIEKIN

Teknologiekin laguntzeko banakako saioak San Frantziskoko liburutegian

Ostegunak

Antolatzailea: San Frantziskoko liburutegia eta Pamplonistas

Ordua: 12:00 - 13:00 / 13:00 - 14:00

Aldez aurreko hitzordua
948210524 telefonoan edo
biblisfr@navarra.es

"EZAGUTU IBAI-PARKEAREN BIZITZA" BISITA

Ekainak 26, asteazkena

Antolatzailea: Convive Zentroak

Tokia: Donapeako pasabidean, San Andres errotaren ondoan, Atarrabian, Arga eta Ulzama ibaiak elkartzeko diren tokian edo Atarrabian.

Ordua: 11:00

LANTEGIA: BIZKORTU ZURE ADIMENA

Ekainak 11, 13, 18, 20, 25 eta 27 (astearte eta osteguna)

Antolatzailea: Solera Asistencial

Tokia: Plazara!

Ordua: 9:30 - 11:00

BINGOA

Ekainak 6, 13, 20 eta 27 (ostegunak)

Antolatzailea: Convive Estafeta

Tokia: Convive Estafeta Zentroa (Estafeta k. 47, behea)

Ordua: 18:00 - 20:00

Ez da beharrezkoa izena ematea

ARRATSALDE-PASA

Ekainak 7, 21 eta 28 (ostiralak)

Antolatzailea: Convive Estafeta

Tokia: Convive Estafeta Zentroa (Estafeta k. 47, behea)

Ordua: 18:00 - 19:00

Ez da beharrezkoa izena ematea

UNE GUNEA

Ekainak 11 (astearte)

Antolatzailea: (elkarlanean)

Nafarroako Down Sindromearen elkarteak eta Convive Estafeta

Tokia: Convive Estafeta Zentroa (Estafeta k. 47, behea)

Ordua: 17:30

Ez da beharrezkoa izena ematea

Izen-emateak

Posta elektronikoz:
redesdemayorescascoviejo@pamplona.es

Telefonoz:
610124987 zenbakian
(astearte, ostegun eta ostiraletan, 09:00etatik 13:30era, eta asteazkenetan, 17:00etatik 19:00etara).

Baita WhatsApp ere



Pamplona.es/eu/Iruñeakzaintzenzaitu

Iruñeak zaindu
egiten zaitu



Ayuntamiento de
Pamplona

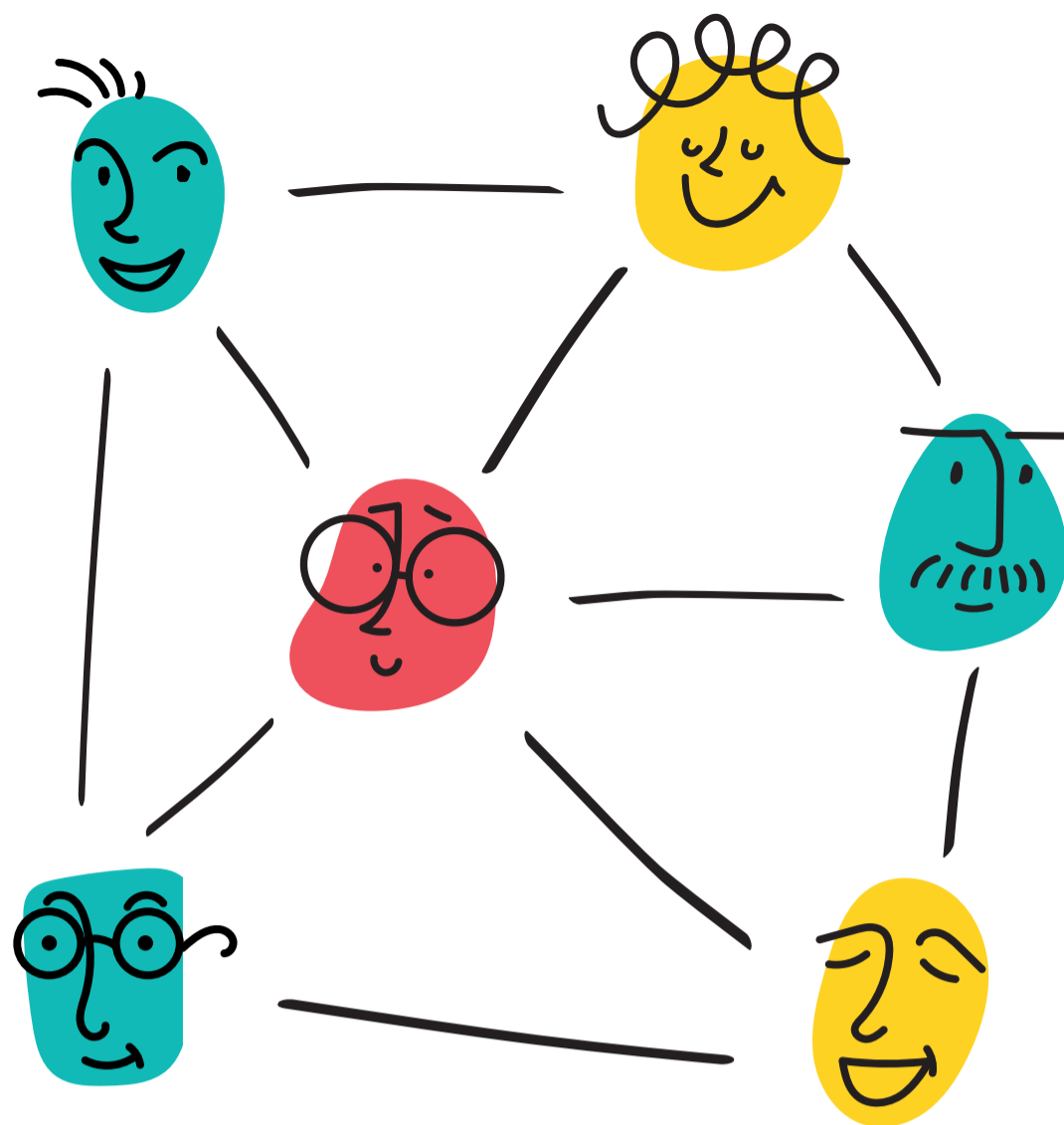
Iruñeko
Udala

RED MAYORES Iturrama

Somos barrio.
Hacemos barrio.

ACTIVIDADES
JUNIO

Dirigidas a personas
mayores de 65 años



MUSICAL "ITSAS 7"

12 de junio

Organiza: Casa de la misericordia e Ikastola Jaso

Dónde: Jardines de la Casa de la misericordia

Hora: 11:15 horas

PASEO SALUDABLE PARA PERSONAS CON MOVILIDAD REDUCIDA

LUNES, 3, 10, 17, y 24 de junio

Organiza: Servicio voluntariado "Pamplonistas"

Dónde: desde local San Juan Bosco

Hora: 10.30 hrs

PASEOS SALUDABLES Y CULTURALES

Miércoles 5, 12, y 19 de junio

Organiza: Foro Social Iturrama

Dónde: desde la parroquia San Francisco de Asís

Hora: 10:30 hrs

PASEOS SALUDABLES Y CULTURALES

Viernes, 7, 14, 21 y 28 de junio

Organiza: Foro Social Iturrama

Dónde: Local San Juan Bosco

Hora: 10.00 hrs

ENCUENTROS SOCIALES. ACTIVIDADES LÚDICAS

Se trata de un espacio de encuentro para las personas mayores con actividades de juego, diálogo y entretenimiento en grupo.

Martes, 4, 11, 18 y 25 de junio

Organiza: Foro social y programa siempre acompañados

Dónde: Local San Juan Bosco

Hora: 10:30 a 12:00 hrs

CHARLAS COLOQUIO

Jueves 6, 13, 20 y 27 de junio

Organiza: Foro Social Iturrama y Programa Siempre Acompañados

Dónde: Local San Juan Bosco

Hora: 10.30 a 12.00 hrs

CLUB DE LECTURA

Miércoles, 12 de junio

Organiza: Foro Social

Dónde: Centro San Juan Bosco

Hora: 11.30 hrs

Inscripciones

A través del correo redesdemayoresiturrama@pamplona.es

En el teléfono **606946735** martes, jueves y viernes (9:00 - 14:00 hrs) y los jueves (17:00- 19:00 hrs).

También por **Whatsapp** 

Presencial: martes en horario de mañana.



[Pamplona.es/
Pamplonatecuida](http://Pamplona.es/Pamplonatecuida)

**Pamplona
te cuida** 



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala

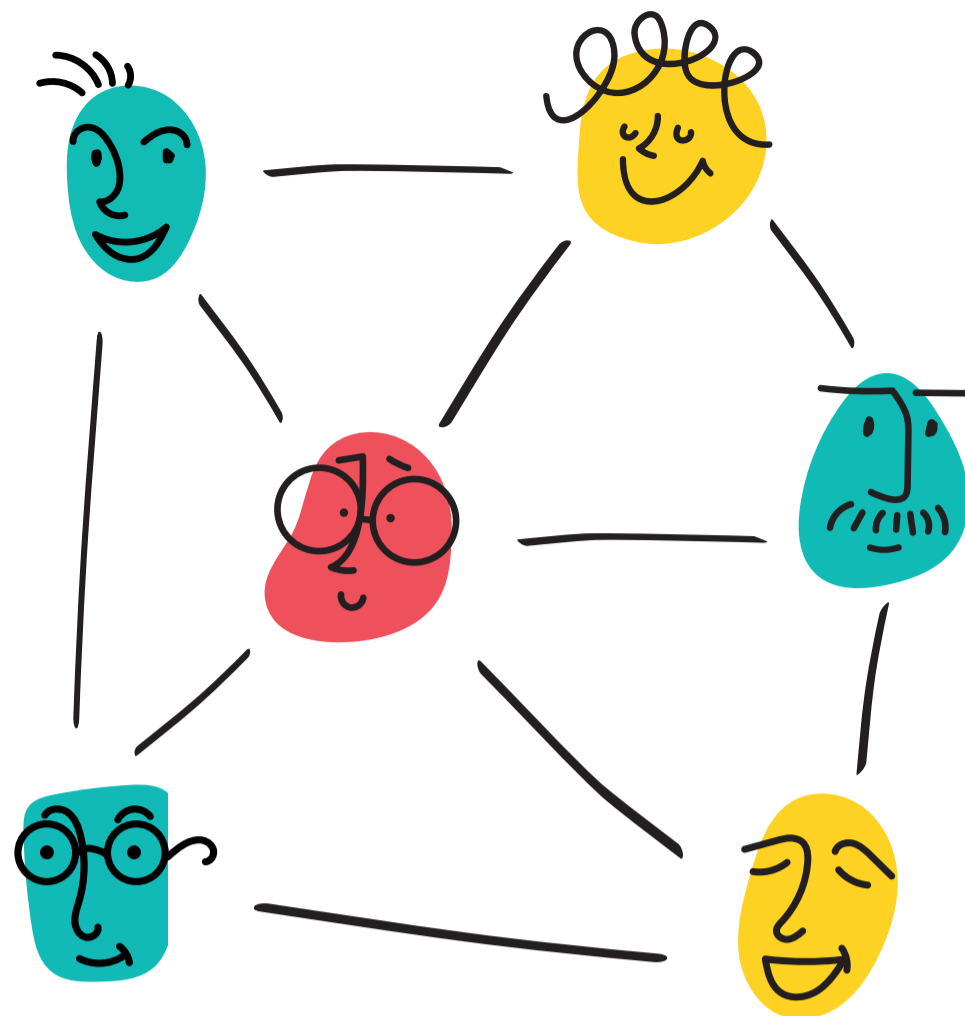
Iturramako ADINEKOEN SAREA

Auzoa gara.
Auzoa egiten dugu.

EKAINEKO

JARDUERAK

65 urtetik
gorakoendako



ITSAS 7 "MUSIKALA

Ekainaren 12an

Antolatzailea: Erruki-etxea
eta Jaso Ikastola

Tokia: Errukiaren Etxeko
lorategiak

Ordua: 11:15

IBILALDI OSASUNGARRIA MUGIKORTASUN URRIKO PERTSONENDAKO

**Ekainak 3, 10, 17 eta 24
(astelehenak)**

Antolatzailea:

"Pamplonistas"
boluntarioen zerbitzua

Tokia: San Joan Bosco lokala

Ordua: 10:30

IBILALDI OSASUNGARRIAK ETA KULTURALAK

**Ekainak 5, 12, eta 19
(asteazkenak)**

Antolatzailea: Iturramako
Gizarte Foroa

Tokia: San Frantzisko
Asiskoaren parroikia

Ordua: 10:30

IBILALDI OSASUNGARRIAK ETA KULTURALAK

**Ostirala, ekainak 7, 14,
21 eta 28**

Antolatzailea: Iturrama
Gizarte Foroa

Tokia: San Juan Bosco lokala

Ordua: 10:00

TOPAKETA SOZIALAK. JOLAS-JARDUERAK

Adinekoendako topagune
bat da, taldean jolasteko,
elkarrekin hitz egiteko eta
entretentzeko jarduerekin.

**Ekainak 4, 11, 18 eta 25
(astearteak)**

Antolatzailea: Gizarte
Foroa eta "Beti Norbaitekin"
programa

Tokia: San Joan Bosco lokala

Ordua: 10:30 - 12:00

HITZALDI-SOLASALDIAK

**Ekainak 6, 13, 20 eta 27
(ostegunak)**

Antolatzailea: Iturramako
Gizarte Foroa eta "Beti
Norbaitekin" programa

Tokia: San Joan Bosco lokala

Ordua: 10:30 - 12:00

IRAKURKETA-KLUBA

Ekainak 12 (asteazkena)

Antolatzailea: Iturramako
Gizarte Foroa

Tokia: San Joan Bosco
Zentroa

Ordua: 11:30

Izen-emateak

[redesdemayoresiturrama@
pamplona.es](mailto:redesdemayoresiturrama@pamplona.es) posta
elektronikoaren bidez

Telefono honetara deituta:

606946735 09:00etatik

14:00etara, astearte,

ostegun eta ostiraletan

eta, 17:00etatik 19:00etara

ostegunetan, eta aurrez

aurre astearte eta

ostiraletan, goizez.

Baita WhatsApeez ere 



[Pamplona.es/eu/
Iruneakzaintzenzaitu](http://Pamplona.es/eu/Iruneakzaintzenzaitu)

Iruñeak zaindu
egiten zaitu 



Ayuntamiento de
Pamplona

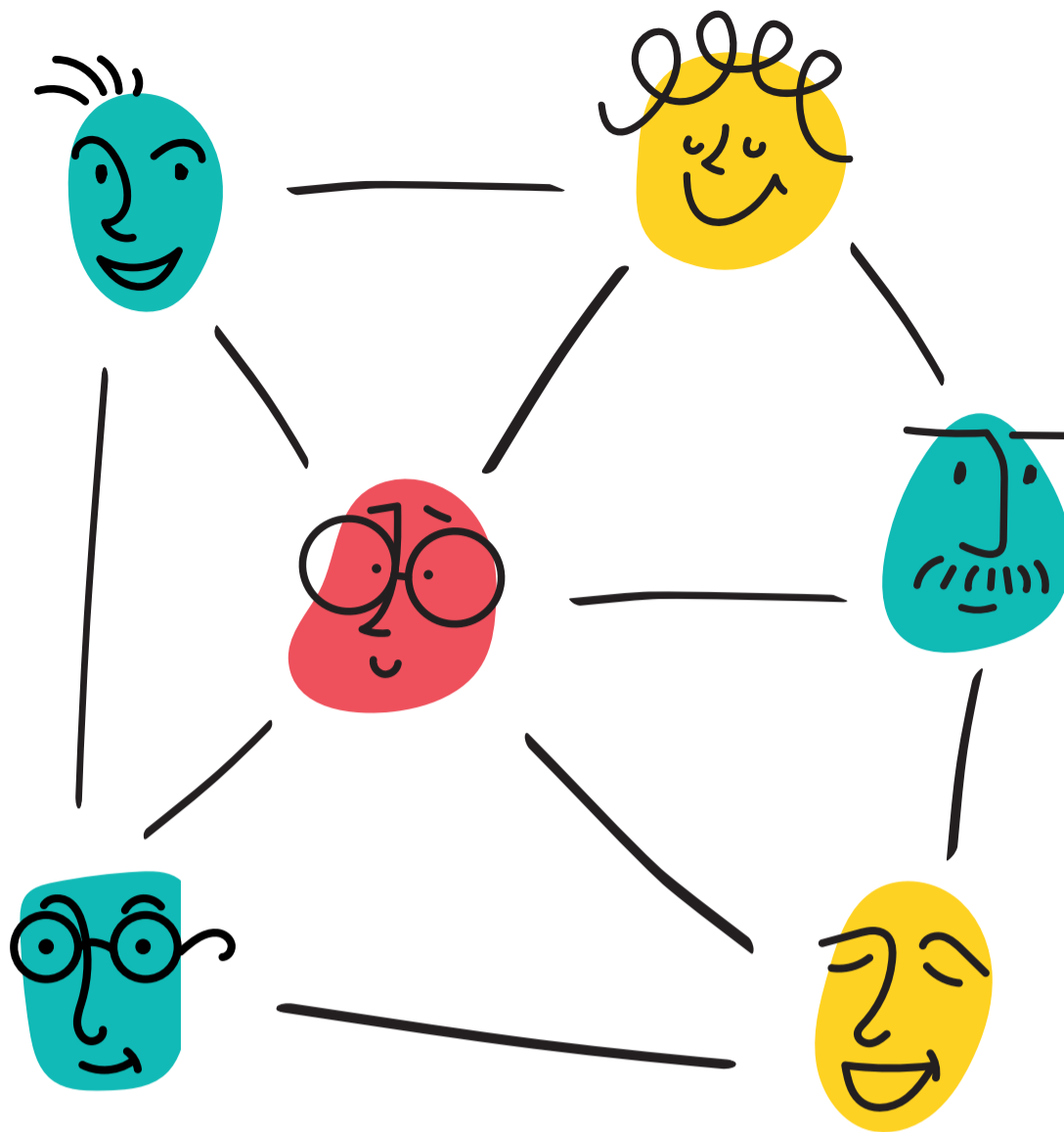
Iruñeko
Udala

RED MAYORES Milagrosa

Somos barrio.
Hacemos barrio.

ACTIVIDADES
JUNIO

Dirigidas a personas
mayores de 65 años



CAFÉ- TERTULIA:

Ven a contar tu historia

11 de junio

Organizan: Civivox
Milagrosa y Red de
mayores de Milagrosa
Dónde: Centro convive
Larrabide. c/Goroabe 25
Hora: 17:30 hrs

PASEO SALUDABLE

Miércoles 5, 12, 19 y 26 de junio

Organiza: Servicio
voluntariado "pamplonistas"
Dónde: 11:00 hrs Centro
Convive Larrabide; 11:15 hrs
Centro Comunitario
"Ilargienea"
Hora: 11:00 a 12:30 hrs

TARDEOS CONVIVE

Martes 25 de junio

Organiza: Centro Convive
Larrabide
Dónde: Centro Convive
Larrabide
Hora: 18.00 a 19.00 hrs

BINGO

Viernes 7, 14, 21 y 28 de junio

Organiza: Centro Convive
Larrabide
Dónde: Centro Convive
Larrabide
Hora: 18.00 a 19.30 hrs

VISITA "CONOCE LA VIDA DEL PARQUE FLUVIAL"

Miércoles 26 de junio

Organiza: Centros convive
Dónde: En la pasarela de
Donapea, al lado del molino
de San Andrés, en Villava,
donde se juntan los ríos Arga
y Ulzama
Hora: 11:00 hrs

TALLER CREATIVO DE PINTURA

Martes 4, 11, 18 y 25 de junio

Organiza: Centro Convive
Larrabide
Dónde: Centro Convive
Larrabide
Hora: 11.00 a 12.30 horas

ESPACIO UNE

Martes 18 de junio

Organiza: Centro Convive
Larrabide y Asociación
Síndrome de Down
Dónde: Centro Convive
Larrabide
Hora: 18.00 a 19.00 hrs

Inscripciones

A través del correo
[redesdemayoresmilagrosa@
pamplona.es](mailto:redesdemayoresmilagrosa@pamplona.es), o en el teléfono
606946735 martes, jueves
y viernes (9:00 - 14:00 hrs) y
los jueves (17:00- 19:00 hrs).

También por **Whatsapp** 

Todas las actividades se
realizarán en el local de
Centro Convive Larrabide
en C/ Goroabe, 25 (Salvo
excepciones que se indican)



[Pamplona.es/
Pamplonatecuida](http://Pamplona.es/Pamplonatecuida)

**Pamplona
te cuida** 



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala

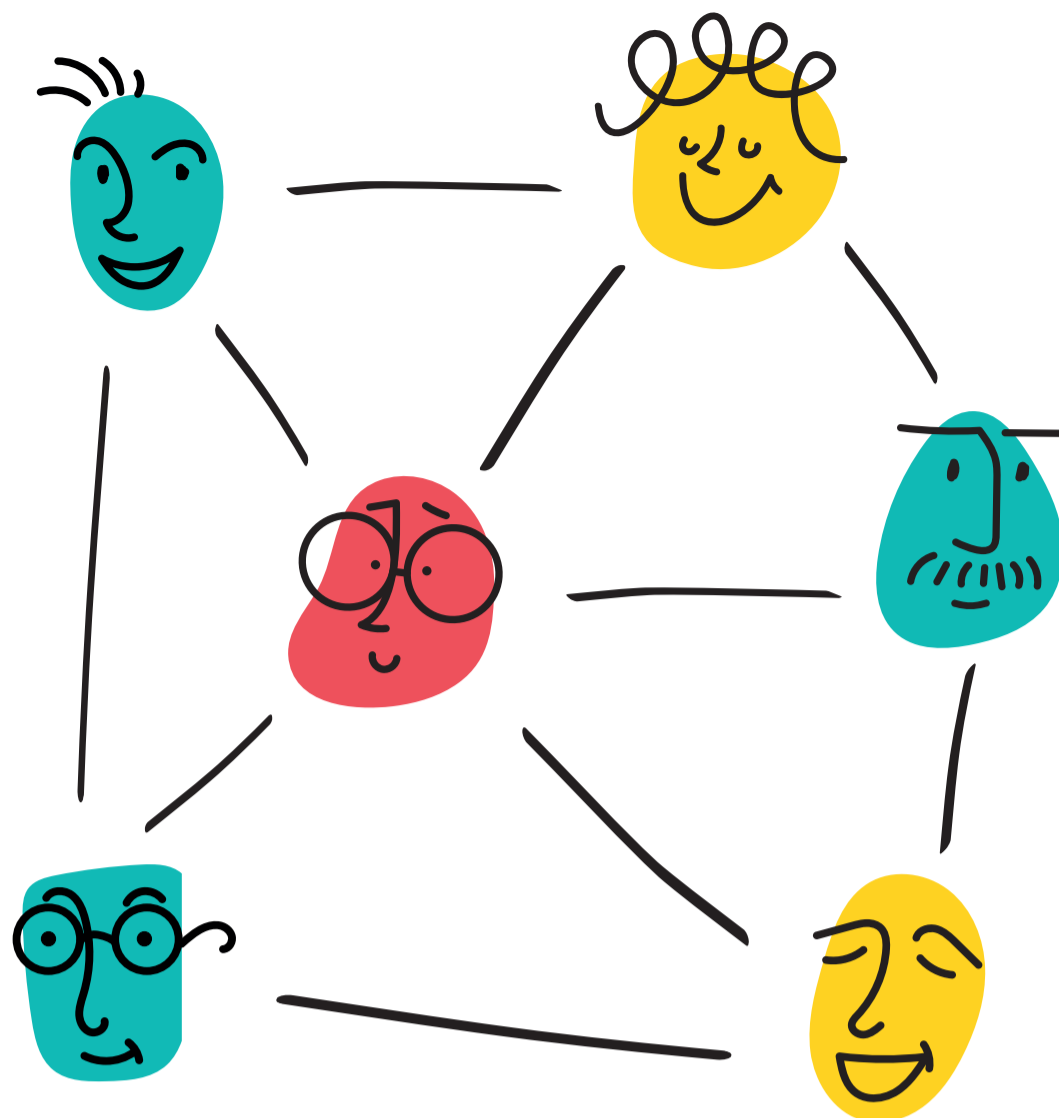
Milagrosako ADINEKOEN SAREA

Auzoa gara.
Auzoa egiten dugu.

EKAINEKO

JARDUERAK

65 urtetik
gorakoendako



KAFE-TERTULIA:

Zatoz zure istorioa
kontatzera

Ekainak 11

Antolatzailea: Civivox
Milagrosa eta Milagrosako
nagusien sarea

Tokia: Larrabide, Goroabe
kalea 25

Ordua: 17:30

IBILALDI OSASUNGARRIAK

Ekainak 5, 12, 19 eta 26
(asteazkenak)

Antolatzailea: "Pamplonistas"
boluntarioen zerbitzua

Tokia: 11:00etan Convive
Larrabide Zentroa; 11:15ean
Ilargienea Zentro Komunitarioa

Ordua: 11:00 - 12:30

CONVIVE ARRATSALDE-PASAK

Ekainak 25 (asteartea)

Antolatzailea: Convive
Larrabide zentroa

Tokia: Convive Larrabide
zentroa

Ordua: 18:00 - 19:00

BINGOA

Ekainak 7, 14, 21 eta 28
(Ostiralak)

Antolatzailea: Convive
Larrabide zentroa

Tokia: Convive Larrabide zentroa

Ordua: 18.00 - 19.30

"EZAGUTU IBAI- PARKEAREN BIZITZA" BISITA

Ekainak 26, asteazkena

Antolatzailea: Ikastetxeak
elkarrekin

Tokia: Donapeako pasabidean,
San Andres errotaren ondoan,
Atarrabian, Arga eta Ulzama
ibaiak elkartzen diren tokian
edo "villavesan"

Ordua: 11:00

PINTURAKO SORMEN-LANTEGIA

Ekainak 4, 11, 18 eta 25
(astearteak)

Antolatzailea: Convive
Larrabide zentroa

Tokia: Convive Larrabide
zentroa

Ordua: 11.00 - 12.30

UNE GUNEA

Ekainak 18, asteartea

Antolatzailea: Convive
Larrabide zentroa eta
Down Sindromearen
elkartea

Tokia: Convive Larrabide
zentroa

Ordua: 18.00 - 19.00

Izen-emateak

[redesdemayoresmilagro
sa@pamplona.es](mailto:redesdemayoresmilagrosa@pamplona.es)

helbide-elektronikoaren
bidez, edo telefono
honetara deituta:

606946735 09:00etatik
14:00etara, astearte,
ostegun eta ostiraletan,
eta 17:00etatik
19:00etara, ostegunetan.

Baita WhatsApp ere.

Jarduera guztiak Convive
Larrabide zentroko
lokalean (Goroabe k. 25)
eginen dira (aipatzen
diren salbuespenak
salbu)



[Pamplona.es/eu/
Iruñeakzaintzenzaitu](http://Pamplona.es/eu/Iruñeakzaintzenzaitu)

Iruñeak zaindu
egiten zaitu



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala

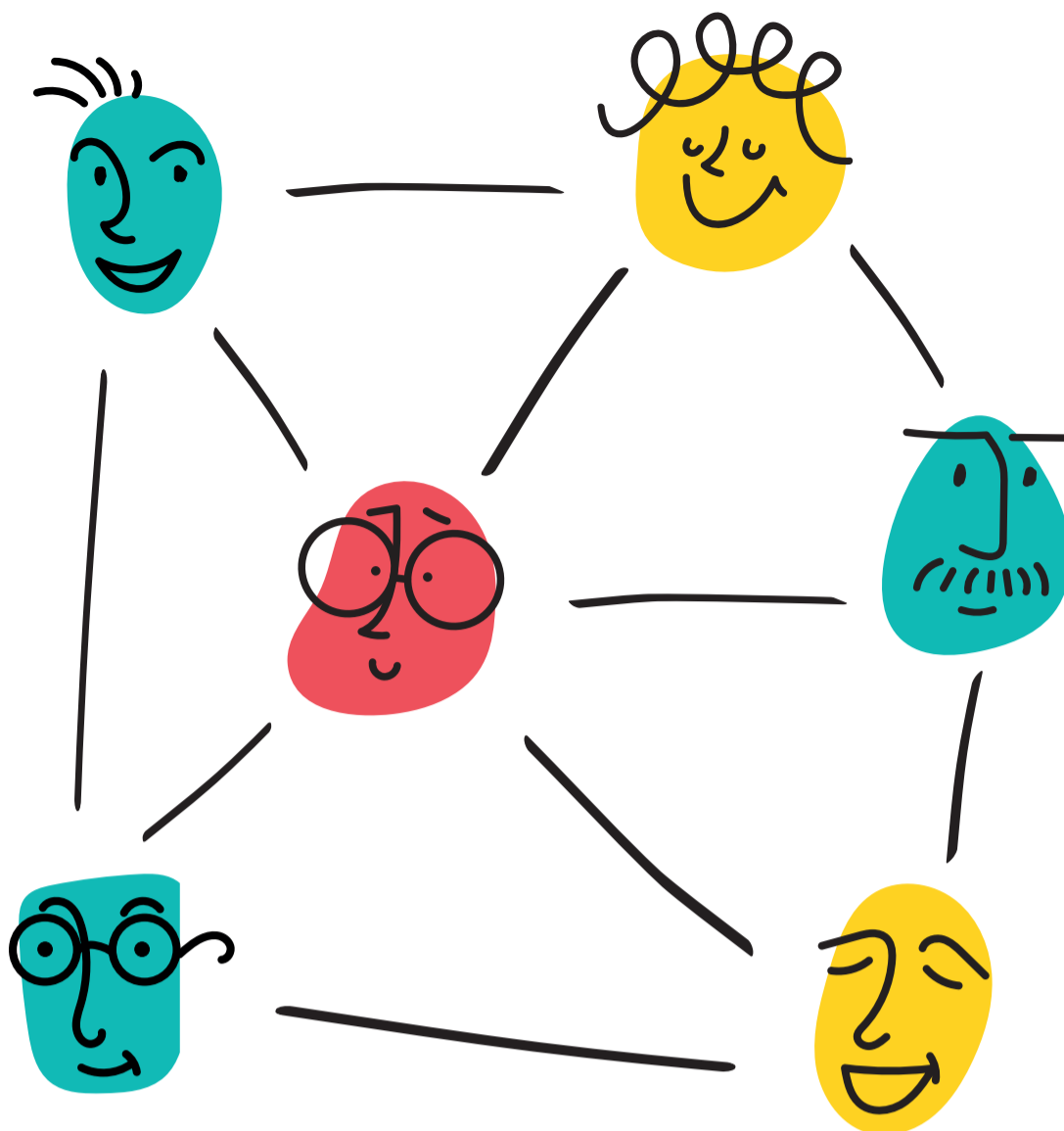
RED MAYORES

Santa María
la Real

Somos barrio.
Hacemos barrio.

ACTIVIDADES
JUNIO

Dirigidas a personas
mayores de 65 años



TALLER VIVIR CON SENTIDO*

Del 6 de mayo
al 24 de junio
3, 10, 17 y 24 de junio
Organiza: AVV Santa
María la Real
Hora: 16:15 a 18:15 hrs

TALLER "HAZ TRÁMITES POR INTERNET" *

Del 6 de mayo al 5 de
junio (lunes y miércoles)
Lunes y miércoles:
3 y 5 de junio
Lugar: Casa de la
Juventud (C/ Sangüesa
30, planta baja)
Hora: 9:00 a 11:00 hrs.

*Actividades financiadas
por



#CABKAcciónSocial

CLUB DE LECTURA

Martes 11 de junio
Organiza: AAVV Santa
María la Real
Hora: 19:00 a 21:00 hrs

CINEFORUM

"Annie hall" (viernes 7) y
"Crash" (viernes 21)
Organiza: AAVV
Santa María la Real
Hora: 17:30 a 20:00 hrs

PASEOS SALUDABLES

Miércoles, 5, 12, 19
y 26 de junio
Organiza: Asociación
Síndrome de Down
Salida: Sede de la Asoc.
de Síndrome de Down (Av.
Cataluña, 18, bajo)
Hora: 10:30 a 12:30 hrs

PASEOS MATINALES

Martes 4, 11, 18 y 25 de junio
Organiza: Pamplonistas
Salida: desde el local
intergeneracional
(c/Mutilva baja 19)
Hora: 10:30 a 12:30 hrs

Inscripciones

A través del correo
[redesdemayoressanta
marialareal@pamplona.es](mailto:redesdemayoressanta
marialareal@pamplona.es),
o llamando al teléfono
610124911

También por Whatsapp

Presencial: martes de
9:00 a 14:00 hrs en el local
intergeneracional



Pamplona.es/
Pamplonatecuida

Pamplona
te cuida



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala

Santa María la Real

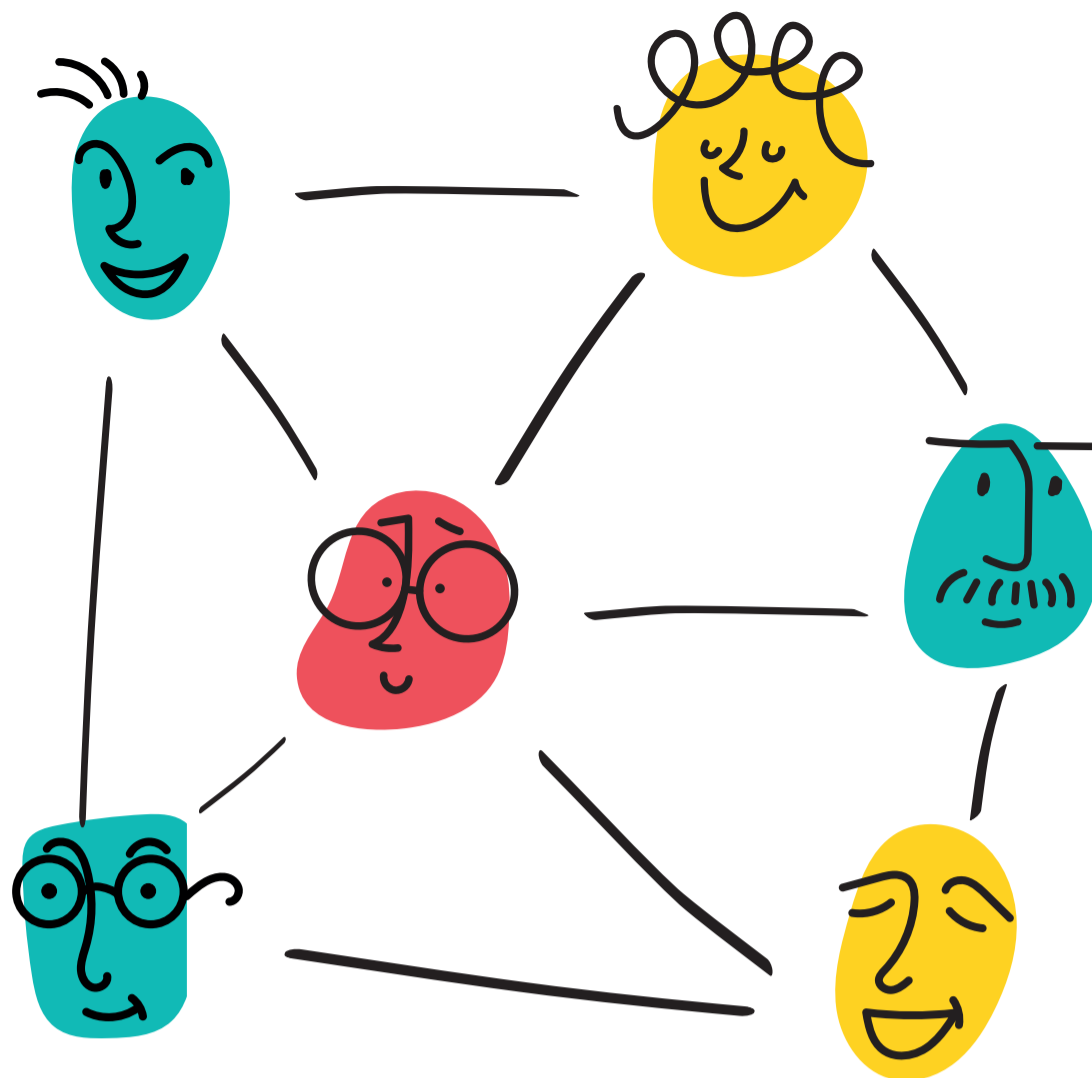
ADINEKOEN SAREA

Auzoa gara.
Auzoa egiten dugu.

EKAINEKO

JARDUERAK

65 urtetik
gorakoendako



LANTEGIA: ZENTZUZ BIZI*

Maiatzak 6 – ekainak 24

Ekainak 3, 10, 17 eta 24

Antolatzailea: Santa María la Realeko auzo-elkartea

Ordua: 16:15 – 18:30

LANTEGIA: “EGIN IZAPIDEAK INTERNET BIDEZ” *

Maiatzak 6 – ekainak

5 (astelehen eta
asteazkenetan)

Astelehen eta

asteazkenetan: Ekainak
3 eta 5

Tokia: Gaztediaren Etxea
(Zangoza k. 30, behea)

Ordua: 9:00 – 11:00

*Honako hauek
finantzatutako jarduerak



#CABKAcciónSocial

IRAKURKETA-KLUBA:

Ekainak 11 (asteartea)

Antolatzailea: Santa María la Realeko auzo-elkartea

Ordua: 19:00 – 21:00

ZINEFORUMA

“Annie hall” (ekainak
37 ostirala) eta “Crash”
(ekainak 21, ostirala)

Antolatzailea: Santa María la Realeko auzo-elkartea

Tokia: belaunaldien arteko
lokala (Mutiloabeiti k. 19)

Ordua: 17:30 – 20:00

IBILALDI OSASUNGARRIAK

Ekainak 5, 12, 19 eta 26
(asteazkenak)

Antolatzailea: Down
Sindromearen elkarte

Irteera: Down Sindromearen
elkartearen egoitza

Ordua: 10:30 – 12:30

GOIZEKO IBILALDIAK

Ekainak 4, 11, 18 eta 25
(asteartekak)

Antolatzailea: Pamplonistas
Irteera: belaunaldien arteko
lokala (Mutiloabeiti k. 19)

Ordua: 10:30 – 12:30

Izen-emateak

Posta elektronikoz
[redesdemayoressanta
marialareal@pamplona.es](mailto:redesdemayoressanta.marialareal@pamplona.es),
helbidean, eta telefonoz,
610124911 telefonoan.

Baita WhatsApp ez ere

Aurrez aurre: asteartetan,
09:00etatik 14:00etara,
belaunaldien arteko
lokalean



Pamplona.es/eu/
Iruñeakzaintzenzaitu

Iruñeak zaindu
egiten zaitu



Ayuntamiento de
Pamplona

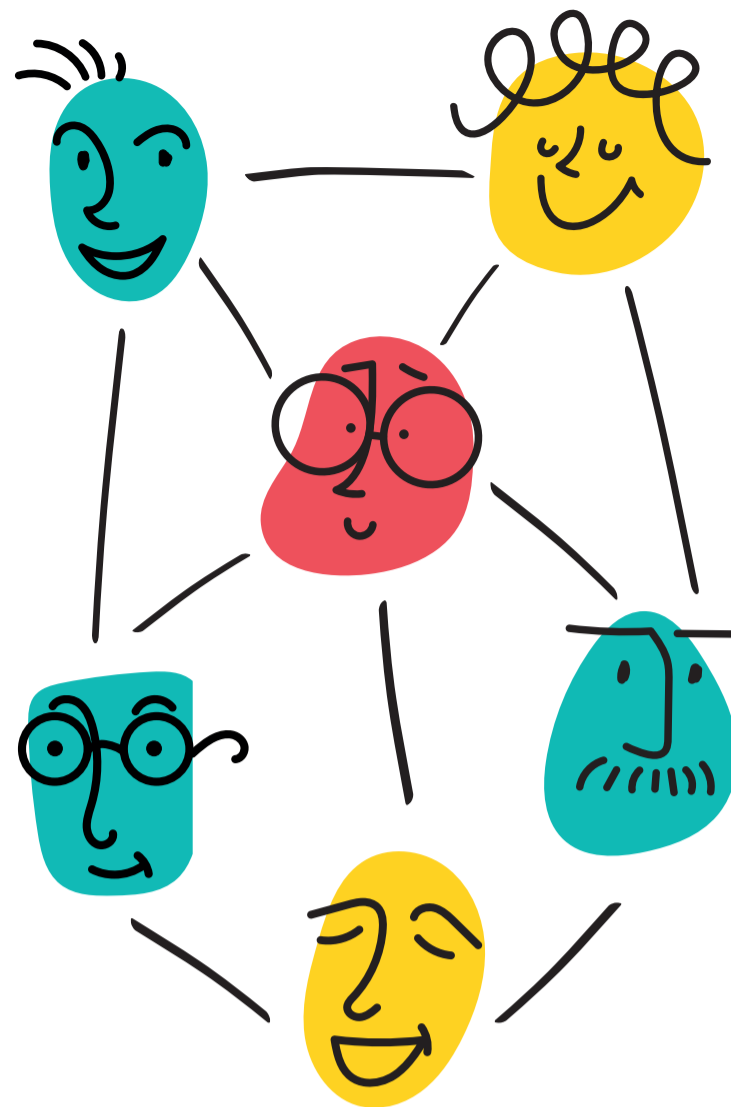
Iruñeko
Udala

RED MAYORES Txantrea ADINEKOEN SAREA

Somos barrio. Hacemos barrio.
Auzoa gara. Auzoa egiten dugu.

ACTIVIDADES / JARDUERAK JUNIO-EKAINA

Dirigidas a personas mayores de 65 años
65 urtetik gorakoendako



CHARLA

La mina de Potasas en la antigüedad con Josetxo Paternain Nagore.

7 de junio

Organiza: Centro convive Santesteban

Dónde: Centro convive Santesteban

Hora: 11:30 hrs

HITZALDIA

Potasaseko meategia antzinatean, Josetxo Paternain Nagoreekin.

Ekainak 7

Antolatzailea: Centro convive Santesteban

Tokia: Zentro convive Santesteban lokalean

Ordua: 11:30

PASEOS SALUDABLES

Jueves 6, 13, 20 y 27 de junio

Dónde: Centro Comunitario Salesianas

Organiza: Pamplonistas

Hora: 10:30 a 12:30 hrs

IBILALDI OSASUNGARRIAK

Ekainak 6, 13, 20 eta 27 (ostegunak)

Tokia: Salestarrak Zentro Komunitarioa

Antolatzailea: Pamplonistas

Ordua: 10:30 - 12:30

AUXILIO TECNOLÓGICO

Sesiones individuales de ayuda con las tecnologías

Martes y jueves

Dónde: Biblioteca de la Txantrea

Organiza: Biblioteca de la Txantrea y Pamplonistas

Hora: 17:00 a 19:00 hrs

Imprescindible cita previa: 948 14 98 82 o biblitxa@navarra.es

LAGUNTZA TEKNOLOGIKOA

Teknologiekin laguntzeko banakako saioak Txantreako liburutegian

Astearte eta ostegunetan

Tokia: Txantreako liburutegian

Antolatzailea: Txantreako Liburutegia eta Pamplonistas

Ordua: 17:00 - 19:00

Ezinbestekoa da aurrez hitzordua eskatzea: 948 14 98 82 edo biblitxa@navarra.es

Inscripciones

Correo:

redesdemayorestxantrea@pamplona.es

Telefónico: **610 124 844**

(martes, jueves y viernes) (9:00 - 13:30) y miércoles (17:00 - 19:00)

También por Whatsapp

Presencial: Centro comunitario salesianas, planta baja - 9 de abril (9:00 a 14:00)

Izen-emateak

Helbide elektronikoz:

redesdemayorestxantrea@pamplona.es

Telefonoz: **610 124 844**

(astearte, ostegun eta ostiraletan, 09:00 - 13:30) eta asteazkenetan (17:00 - 19:00)

Baita WhatsApeez ere



[Pamplona.es/
Pamplonatecuida](http://Pamplona.es/Pamplonatecuida)

**Pamplona
te cuida**



Ayuntamiento de
Pamplona

**Iruñeko
Udala**