

CMM DISTRITO CENTRO PROGRAMACIÓN DE OCTUBRE 2026

www.madrid.es/centro/mayores



LOS TALLERES COMENZARÁN EL 1 DE OCTUBRE

TALLERES PUNTUALES

**TALLER CIBERSEGURIDAD
PERSONAL Y DOMÓTICA**

CMM ANTÓN MARTÍN

MARTES 13 y JUEVES 15
de 10:00 a 12:00H



**TALLER: USO
RESPONSABLE**

DE LA TECNOLOGÍA

CMM ANTÓN MARTÍN

LUNES 5 de 16:30 a 19:30



UN CAFÉ CONTIGO

CMM DOS AMIGOS

MIÉRCOLES 14
De 17:00 a 18:30H



**TALLER APLICACIONES DE
APOYO Y CIBERSEGURIDAD**

CMM SAN FRANCISCO

MARTES 27 y JUEVES 29
de 16:30 a 18:30H

TALLER TU MOVIL Y TÚ

**CMM BENITO MARTÍN
LOZANO**

MARTES 13
de 16:00 a 19:00H



**TALLER "PROTEGE TU
SALUD ÓSEA"**

CMM DOS AMIGOS

MARTES 13
de 16:30 a 18:30H



CONFERENCIAS Y CURSOS ESPECIALES

CHARLA PODOLOGÍA

CMM BENITO

MARTÍN LOZANO

MARTES 13 - 13:00H

CMM ANTÓN MARTÍN

MIÉRCOLES 21 - 13:00H

CMM DOS AMIGOS

LUNES 19 - 18:00H

CMM SAN FRANCISCO

VIERNES 23 - 13:30H



**TALLER ABORDAJE
DE LA SOLEDAD**

CMM DOS AMIGOS

TODOS LOS JUEVES
16:00H

TERTULIA LITERARIA:

Generación del 98:

"El esperpento.

Ramón M^a

del Valle Inclán"

BIBLIOTECA MARIO

VARGAS LLOSA

MIÉRCOLES 28

11:00H

CONFERENCIA

**"MÁS QUE UNA EDAD
DE PLATA: GENERACIÓN
DEL 27"**

CMM DOS AMIGOS

JUEVES 29

17:00H



ACTIVIDADES ESPECIALES DEL MES

ASAMBLEA SOCIOS

CMM ANTÓN MARTÍN

MARTES 13 - 11:00 H

CMM DOS AMIGOS

MIÉRCOLES 14 - 12:00H

CMM BENITO

MARTÍN LOZANO

MIÉRCOLES 14 - 9:00H



BAILE

HALLOWEEN

CMM SAN

FRANCISCO

VIERNES 30

17:30H

TALLER "CONOCE,

DESCUBRE E

INVESTIGA EN LA

HEMEROTECA

MUNICIPAL

DE MADRID"

MARTES 6 y

JUEVES 8

18:20H



ESPACIO NOTARIAL:

"TESTAMENTOS Y

HERENCIAS"

CMM BENITO

MARTÍN LOZANO

LUNES 26

De 17:00 a 19:00H

VISITAS CULTURALES Y EXCURSIONES

VISITA PALACIO DE MAUDES

con la voluntaria ENCARNITA

JUEVES 15 - 16:15h - CMM DOS AMIGOS

LUNES 19 - 16:45h - CMM BENITO MARTÍN LOZANO

JUEVES 22 - 16:15h - CMM SAN FRANCISCO

LUNES 26 - 16:45h CMM ANTÓN MARTÍN

EXCURSIÓN

MONASTERIO DE UCLÉS

+ TARANCÓN

MARTES 20

HORA 09:15/09:30H

SENDERISMO 10 KM

RUTA DEL CUERVO (ÁVILA)

JUEVES 29

HORA 8:30H



CENTROS MUNICIPALES DE MAYORES - DISTRITO CENTRO

CMM ANTÓN MARTÍN

C/ DE LA CABEZA, 14
915271319

CMM B.M LOZANO

C/ SANTA BRÍGIDA, 12
915229329

CMM DOS AMIGOS

C/ DOS AMIGOS, 4
915426692

CMM SAN FRANCISCO

C/ SAN BUENA VENTURA, 3
913644126