

## HORARIOS

### APERTURA CENTRO:

LUNES A VIERNES: 9:00 A 21:00H  
FIN DE SEMANA Y FESTIVOS:  
9:30 A 20:30H

### CAFETERÍA:

LUNES A VIERNES: 9:00 A 19:00H  
SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS:  
9:30 A 19 H

### COMEDOR:

LUNES A DOMINGO DE 13 A 14 H

### PELUQUERÍA:

LUNES A VIERNES DE 9 A 14 H

### PODOLOGÍA:

LUNES, MARTES Y MIÉRCOLES,  
9 A 17 H

### FISIOTERAPIA PREVENTIVA:

LUNES A VIERNES DE 17:30 A 18:30 H

## HORARIOS DE ATENCIÓN DE ANIMACIÓN

### HORARIO MAÑANAS

LUNES A VIERNES  
9:00 A 14:00H

### HORARIO TARDES

LUNES Y MIÉRCOLES  
16:00 A 17:30H

DISPONEMOS DE UN CANAL DE DIFUSIÓN POR WHATSAPP

PIDE INFORMACIÓN EN EL CENTRO DE MAYORES



## CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES LA VAGUADA



AVENIDA MONFORTE DE LEMOS, 38  
28029 MADRID  
EL PILAR / FUENCARRAL-EL PARDO

915 885 184



Barrio del Pilar - (línea 9)



42, 49, 83, 128, 132, 134, 147

<https://madrid.es/go/fuencarralelpardo.mayores>

## SERVICIOS DEL CENTRO

- CAFETERÍA
- COMEDOR
- PODOLOGÍA
- PELUQUERÍA
- FISIOTERAPIA PREVENTIVA
- PRENSA DIARIA
- JUEGOS DE MESA



## PROGRAMA ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL

### TALLERES

- GIMNASIA DE MANTENIMIENTO
- TALLA DE MADERA
- MENTE ACTIVA
- MEMORIA
- GANCHILLO
- ACTIVA TU MENTE
- SEVILLANAS
- INGLÉS
- PINTURA AL ÓLEO
- ITALIANO
- TAICHI
- NARRATIVA
- RELAJACIÓN
- SUDOKUS
- ACUARELA
- MARTES DE VAGUADA
- TERTULIA ENTRE AMIGOS
- ALEMÁN CONVERSACIÓN
- TIFANNY
- ALEMÁN INICIO
- DIBUJO
- BAILE
- MEMORIA
- LECTOESCRITURA
- GANCHILLO
- REPUJADO ESTAÑO
- MANEJO MÓVIL
- YOGA
- PILATES
- PUNTO DE CRUZ

### ACTIVIDADES CULTURALES

- VISITAS CULTURALES
- EXCURSIONES
- CHARLAS

## ¿CÓMO PUEDO ACCEDER?

DEBE SER SOCIO OBTENIENDO LA TARJETA MADRID MAYOR

## REQUISITOS

- ESTAR EMPADRONADO EN EL MUNICIPIO DE MADRID.
- SER MAYOR DE 65 AÑOS O PENSIONISTA MAYOR DE 60 AÑOS O SER CÓNYUGE O PAREJA DE HECHO DE LOS GRUPOS ANTERIORES.

## ¿DÓNDE SE HACE?

EN LAS OFICINAS DE ATENCIÓN A LA CIUDADANÍA LÍNEA MADRID, SIN NECESIDAD DE CITA PREVIA SI ERES MAYOR DE 65 AÑOS