

# Junio

## TALLER 8 CRUZ ROJA POZUELO

### “ BIENESTAR BAJO EL SOL: ALIMENTACIÓN Y MEDICACIÓN EN TIEMPO DE CALOR”

Objetivos: prevenir los riesgos derivados de la posible ola de calor y otras prácticas que tanto afectan a las personas mayores.

- **Talleres y visita a las Instalaciones de CRUZ ROJA Pozuelo de Alarcón**  
En la Sede de Cruz Roja Pozuelo (Avenida de Juan XXIII, 6-8. Pozuelo de A.)  
Fechas:
  - Jueves, 13 de junio, a las 11:00 h.
  - Jueves, 20 de junio, a las 11:00 h.Inscripciones a partir de las 10:00 h., del lunes 3 de junio
- **Asociación de Vecinos La Cabaña**  
Jueves 6 de junio a las 12:00 h.  
Asistencia libre hasta completar aforo
- **Asociación de Vecinos Colonia de los Ángeles**  
Martes 4 de junio a las 17:00 h.  
Asistencia libre hasta completar aforo



Las peticiones de inscripción se realizarán de manera PRESENCIAL EN LOS CENTROS DE MAYORES de Pozuelo de Alarcón o a través del CORREO ELECTRÓNICO [talleresparamayores@pozuelo.madrid](mailto:talleresparamayores@pozuelo.madrid), referenciando el destino y día de la visita e Indicando: nombre, apellidos, teléfono.

- En ambos casos, a partir de la fecha y hora indicada.
- Plazas limitadas.
- El grupo se irá completando atendiendo al orden de tramitación de peticiones.
- Se podrán reservar un máximo de dos plazas por persona.

Dirección LA CABAÑA: c/Burgos nº 32

Dirección LA COLONIA DE LOS ÁNGELES: c/Evaristo cerezo nº 7-. Se entra por c/ Albacete



Ayuntamiento de  
**POZUELO  
DE ALARCÓN**

# Caminando seguros

## Campaña de Prevención de accidentes para personas mayores

Febrero - junio 2024



Ayuntamiento de  
**POZUELO  
DE ALARCÓN**

# Prevención de accidentes para personas mayores

## PRESENTACIÓN DE LA CAMPAÑA

9 de febrero · 12:00 h. *En el Centro Municipal de Mayores de P. Torrejón*

## Febrero

### TALLER 1 CENTROS MUNICIPALES DE MAYORES

#### “MANTENIÉNDOSE FUERTE Y SEGURO: LA MUSCULACIÓN COMO ESTRATEGIA CLAVE EN LA PREVENCIÓN DE ACCIDENTES EN LA VEJEZ”

Objetivos: Sesiones dirigidas a sensibilizar sobre la musculación como estrategia clave en la prevención de accidentes en la vejez.

- **Centro Municipal de Mayores de Prados de Torrejón**  
Viernes 9 de febrero a las 12.00 h.  
Inscripciones a partir de las 10:00 h. del jueves 1 de febrero
- **Centro Municipal de Mayores de Padre Vallet**  
Viernes 23 de febrero a las 12.15 h.  
Inscripciones a partir de las 10:00 h. del jueves 1 de febrero
- **Centro Municipal de Mayores de Volturno**  
Martes 27 de febrero a las 18.30 h  
Inscripciones a partir de las 10:00 h. del jueves 1 de febrero
- **Asociación de Vecinos La Cabaña**  
Jueves 15 de febrero a las 12:00 h  
Asistencia libre hasta completar aforo
- **Asociación de Vecinos Colonia de los Ángeles**  
Martes 13 de febrero a las 11:30 h  
Asistencia libre hasta completar aforo

### TALLER 2 POLICÍA MUNICIPAL Y AESLEME

#### “CAMINANDO SEGURO: PREVENCIÓN DE ACCIDENTES PARA TODOS EN LA VÍA PÚBLICA.”

Objetivos: fomentar la “movilidad segura, sostenible y saludable” Y reducir al máximo los accidentes que producen muertos y heridos graves en el colectivo de las personas mayores (como peatones o conductores).

- **Talleres y visita a las instalaciones de Policía Municipal:**  
**En la Sede de la Policía Municipal** (C/ San Juan de la Cruz, nº 4. Pozuelo de A.)  
Fechas:  
· **Miércoles, 14 de febrero de 2024 a las 11:00 h**  
· **Viernes, 16 de febrero de 2024 a las 11:00 h**  
Inscripciones a partir de las 10:00 h. del lunes 5 de febrero

- **Asociación de Vecinos La Cabaña**  
Jueves 22 de febrero a las 12:00 h  
Asistencia libre hasta completar aforo
- **Asociación de Vecinos Colonia de los Ángeles**  
Martes 20 de febrero a las 11:30 h  
Asistencia libre hasta completar aforo

## Marzo

### TALLER 3 METRO LIGERO

#### “LA AVENTURA DE VIAJAR EN TRANSPORTE PÚBLICO: ¡AGÁRRATE QUE ARRANCAMOS!”

Objetivos: conocer los recursos para un uso seguro del transporte público, con el fin de evitar sobre todo caídas y accidentes en el mismo.

- **Talleres y visita a las Instalaciones de Metro Ligero**  
**En la Sede de Metro Ligero** (C/ Edgar Neville, sn. Pozuelo de A.)  
Fechas:  
· **Lunes, 11 de marzo (horario de mañana)**  
· **Martes, 12 de marzo (horario de mañana).**  
· **Lunes. 18 de marzo (horario de mañana)**  
Inscripciones a partir de las 10:00 h. del viernes 1 de marzo

### TALLER 4 CUERPO DE BOMBEROS C. MADRID

#### “UN HOGAR SEGURO CONTRA EL FUEGO”

Objetivos: conocer los principales riesgos de incendio en el hogar y cómo prevenirlos y saber cómo actuar en cada situación en caso de incendio

- **Centro Municipal de Mayores Padre Vallet** (Plaza Padre Vallet, s/n)  
**Viernes, 1 de marzo a las 12.15h.**  
Inscripción a partir de las 10:00 h. del lunes 26 de febrero
- **Centro Municipal de Mayores Prados de Torrejón** (Avda. Juan XXIII, s/n)  
**Viernes 8 de marzo a las 11.30 h.**  
Inscripción a partir de las 10:00 h. del lunes 26 de febrero

## Abril

### TALLER 5 CENTRO DE EMERGENCIAS 112

#### VISITA A LAS INSTALACIONES DEL CENTRO DE EMERGENCIAS DEL 112 EN POZUELO DE ALARCÓN

Objetivos: Conocer el centro de operaciones, así como los servicios que tiene encomendados (extinción de incendios, sanitarios, forestales, seguridad y gestión de emergencia, entre otros).

- **Visita a las Instalaciones del 112:**  
**En la Sede del 112**  
**Martes 9 de abril a las 10:30 h**  
Inscripciones a partir de las 10:00 h del lunes 1 de abril

### TALLER 6 POLICÍA NACIONAL

#### “EL RETO DE MANTENER SU SEGURIDAD”

Objetivos: en este taller se le guiará en el reto de la defensa de su seguridad, para favorecer una reflexión sobre las ideas que en él se proponen.

- **Talleres y visita a las Instalaciones de Policía Nacional**  
**En la Sede de Policía Nacional** (Camino de las Huertas, nº 36 Pozuelo de A.)  
**Fechas:**  
· **Miércoles 17 de abril 11:00 h**  
· **Miércoles 24 de abril. 11:00 h**  
Inscripciones a partir de las 10:00 h del lunes 8 de abril
- **Asociación de Vecinos La Cabaña**  
**Jueves 18 de abril a las 12:00 h**  
Asistencia libre hasta completar aforo
- **Asociación de Vecinos Colonia de los Ángeles**  
**Martes 16 de abril a las 11:30 h**  
Asistencia libre hasta completar aforo

## Mayo

### TALLER 7 SEAPA

#### “TU HOGAR, TU REFUGIO SEGURO: CONSEJOS PARA PREVENIR ACCIDENTES.”

Objetivos: Prevención de accidentes en el entorno doméstico.

- **Talleres y visita a las Instalaciones de SEAPA y sesión informativa**  
**En la Sede del SEAPA** (C/ San Juan de la Cruz, nº 4. Pozuelo de A.)  
Fechas:  
· **Miércoles, 8 de mayo, a las 11:00 h**  
· **Miércoles, 15 de mayo, a las 11:00 h.**  
Inscripciones a partir de las 10.00 h del lunes 29 de abril
- **Asociación de Vecinos Colonia de los Ángeles**  
**Martes 21 de mayo a las 11:30 h**  
Asistencia libre hasta completar aforo
- **Asociación de Vecinos La Cabaña**  
**Jueves 23 de mayo a las 12:00 h**  
Asistencia libre hasta completar aforo

