

INSCRIPCIÓN

Nombre: _____

Apellidos: _____

Calle: _____

C.P./lugar: _____

Asociación: _____

Teléfono: _____

E-Mail: _____

Fecha: _____

Firma: _____

Edad: _____

CONTACTO

Por favor enviar a:

Coordinadora Federal del Movimiento

Asociativo en Alemania

Hindenburgstraße 1

42853 Remscheid



Tel.: + 49 / (0) 2191 – 42 15 31

Fax: + 49 / (0) 2191 – 42 14 32



@: cfma@iree.org

SÍNTESIS DEL SEMINARIO

Espacio de encuentro

Este taller está diseñado especialmente para personas mayores que desean mantenerse activas, informadas y conectadas. A lo largo del fin de semana, podréis disfrutar de un programa variado que combina información práctica, bienestar y tiempo para el intercambio personal.

Se abordarán temas importantes como la planificación financiera en la jubilación, estrategias para mejorar la salud y el uso de herramientas digitales innovadoras. Además, habrá presentaciones de entidades colaboradoras, así como espacios dedicados a actividades físicas suaves y de relajación, como marcha nórdica, piscina y propuestas de bienestar.

El programa también ofrece momentos de convivencia, tiempo libre y oportunidades para compartir experiencias en un ambiente agradable y enriquecedor.

Un fin de semana pensado para aprender, cuidarse y disfrutar en buena compañía.

¡Bienvenidas y bienvenidos!



Taller de animación sociocultural para personas mayores 26 al 28 de junio 2026 Meinerzhagen - Valbert



Plazos de inscripción:

Este formulario debe ser entregado en la oficina de la Coordinadora Federal antes del **07 de mayo de 2026**. Sólo disponemos de un número limitado de plazas. La Coordinadora Federal corre con los gastos de alojamiento y manutención.

PROGRAMA

Viernes, 26 / 06 / 26

18:30 h Llegada y entrega de las habitaciones

19:00 h Cena

20:00 h Tiempo libre

Sábado, 27 / 06 / 26

De las 08:00 hasta las 10:00: Desayuno

10:15 h Apertura y saludo a las participantes

Antonio Espinosa Segovia

- *Presidente de la Coordinadora Federal*

10:30 h "La vida financiera"

- *Dr. José Sánchez Otero, Sociólogo*

11:30 h Presentación de la Allianz

- *Diego Martínez-Leal*

12:30 h Almuerzo

14:30 h Estratégias prácticas para mejorar la salud

- *Dr. Sánchez Otero*

15:30 h VIVESS APP - novedades

- *consulado español*

16:30 h Pausa

17:00 h Piscina, Zen, marcha nórdica

18:00 h Cena

a partir de 19:00 h Tiempo libre

PROGRAMA

Domingo, 28 / 06 / 26

De las 08:00 hasta las 10:00: Desayuno

10:30 h Actividad física:

flexibilidad, fuerza y equilibrio.

- *Claudia Ladino-Schwede*

12:15 h Resumen de la actividad

12:30 h Almuerzo

14:30 h Fin y regreso a casa

PLANO DE ACCESO



El seminario tendrá lugar en:
Landhotel Nordhelle / Bernstein Hotels
Zum Koppenkopf 3
58540 Meinerzhagen – Valbert

Aviso:

Desde Remscheid va un autobús a Meinerzhagen, organizado por la Coordinadora Federal. Si quiere asiento - por favor avisa por teléfono.



Taller de animación sociocultural para personas mayores

26 al 28 de junio 2026
Meinerzhagen - Valbert

Aviso:

Traer ropa deportiva para los espacios de actividad física. Por razones higiénicas recomendamos también traer una toalla de baño/esterilla para evitar el contacto con el suelo al realizar los ejercicios.