MANCOMUNIDAD MUNICIPIOS SIERRA DE GATA

ADMINISTRACION GENERAL

C/ Mayor nº 3, 1º 10850 Hoyos (Cáceres) Telf.: 927 51 45 83 Fax 927 51 46 26

PABLO IGLESIAS ORDOÑEZ (1 de 1)
PRESIDENTE
Fecha Firma: 27/10/2026
HASH: f0adb045a34d8801143d7f977297f1330

ASUNTO.- PROGRAMA SENIOR Y SALUDABLE 2026.

Estimados Alcaldes/as:

Un año más, la Excma. Diputación de Cáceres está organizando un Programa de Turismo Termal "Sénior y Saludable 2026". Dicho programa se llevará a cabo durante los meses de noviembre y diciembre en los cuatro balnearios activos actualmente en la provincia de Cáceres.

El objetivo de ese programa es promocionar el turismo termal en la provincia y poner en valor los recursos naturales y culturales que existen en el entorno de nuestros balnearios y lograr así posicionar a la provincia de Cáceres como destino termal.

El programa va dirigido a los habitantes de los municipios que forman parte de la Mancomunidad y que cumplan los siguientes requisitos:

- **Personas Mayores de 65 años.**
- **Pensionistas mayores de 55 años.**
- **Acompañante de persona con discapacidad, que cumpliendo con los requisitos citados, tenga la movilidad reducida y necesite asistencia.**
- **Cónyuge de una persona que cumpla los requisitos, siempre que sea mayor de 55 años.**

El programa incluye:

- **Sesión Termal .** La sesión termal consiste en una rutina física y sesión de hidrocinesis en piscina hidroactiva climatizada. Es decir, será una actividad en la piscina climatizada con distintos chorros activos como el chorro en cuello de cisne, chorro en pico de pato, cascada, aeromasaje subacuático (1 puesto), hidromasaje subacuático (2 puestos) y dos nadadores contracorriente. Posteriormente, aquellos participantes que se encuentren bien de salud podrán pasar por el circuito termal, y aquellos que tengan patologías como problemas de tensión, cardíacos, etc. no pasarán por el circuito termal pero podrán disfrutar de la piscina climatizada y sus diversos chorros todo el tiempo que dure la actividad termal.
  Para la realización de la rutina termal, nos indica el balneario **q**ue es conveniente que **los asistentes lleven: Bañador, chanclas, gorro y toalla o albornoz.**

- **Actividad lúdica.** Consistirá en un taller de buenas prácticas hidrotermales, así como un paseo por la finca con una charla explicativa sobre su riqueza paisajística, descripción de las especies arbóreas y visita a la Iglesia Capilla de El Salugral y una charla proyección de un video de "Hábitos Saludables en la Nutrición de las Personas Mayores".

- **Comida**

Cód. Validación: 39L2ZSM5634GLZJK2E5WDH94Q
Verificación: https://sierradegata.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 1 de 2

C/ Mayor nº 3, 1º 10850 Hoyos (Cáceres) Telf.: 927 51 45 83 Fax 927 51 46 26

En el caso de la Mancomunidad de Municipios Sierra de Gata, el Balneario que nos han asignado es **El Salugra**l, en la localidad de Hervás y las fechas asignadas son **viernes 27 de noviembre de 2026 y martes 1 de diciembre 2026.**

Rogamos hagan **difusión en su localidad para que las personas interesadas puedan inscribirse y además, lo comuniquen a los Presidentes/as de las Asociaciones de Pensionistas.**

Las inscripciones, podrán realizarse **presencialmente en la Mancomunidad o a través del número de teléfono 927.51.45.83 hasta completar aforo, con fecha límite el 16 DE NOVIEMBRE DE 2026. Para la adjudicación de las plazas se tendrá en cuenta el orden de inscripción, dándoles prioridad a aquellas personas que no participaron en el programa de 2025.** Los participantes deberán aportar los siguientes datos: nombre y apellidos, fecha de nacimiento, DNI, localidad, teléfono de contacto, alergia alimentaria y cualquier otro dato importante a tener en cuenta para la realización de las actividades, tales como enfermedades, alergias, etc.

Junto con esta circular se envía también un cartel promocional para que se comparta en la web de vuestros Ayuntamientos, BANDOMOVIL y redes sociales

Para cualquier duda llamar al teléfono 927.51.45.83

Agradecemos su colaboración en la difusión del mismo.

Atentamente,

Lo que comunico a los efectos oportunos, en Hoyos, a fecha de la firma electrónica.

EL PRESIDENTE

Fdo.- Pablo Iglesias Ordoñez

EXCMO. AYUNTAMIENTO SR/A ALCALDE/SA – PRESIDENTE/A

Cód. Validación: 39L2ZSM5634GLZJK2E5WDH94Q
Verificación: https://sierradegata.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 2 de 2