



ACTIVIDADES FRÓMISTA, OCTUBRE 2026

- **JUEVES 1, EXPOSICIÓN FOTOGRÁFICA "LA NOCHE DESPIERTA"** desde la mirada de Ángel de Francisco. Salón de actos del Ayto. en horario de oficina. Exposición Mensual.
- **VIERNES 2, ENCUENTRO DEL CLUB DE LECTURA FRÓMISTA** para charlar sobre la novela "Coloquio de Invierno" del escritor Luis Landero. A las 18:00 h. en la biblioteca. El Sábado día 3, el Club asistirá a la Feria del Libro de Paredes de Nava "La Chiguita".
- **LUNES 5, RECOGIDA DE MUEBLES Y ENSERES VOLUMINOSOS**, depositarlo en la acera del domicilio y/o llamar al Ayto.
- **MARTES 6, LECTURA FÁCIL.** Comienza el Club de Lectura Fácil, cada martes de 10:00 h a 11:00 h en la Biblioteca. Organiza: Biblioteca "Pilar Pulgar", colabora: Fundación BRIAN.
- **CURSO "SALUD EN FEMENINO".** 4 sesiones. Lugar: Biblioteca. Hora: 17:00 h. Imparte Gaia Esencia Viva. Organiza: Asoc. de Mujeres "La Aljama". Financia: Diputación de Palencia. Inscripciones Asoc. de Mujeres y Biblioteca.
- Inicio **CURSO DE MÚSICA Y PIANO.** Los martes a partir de las 15:00 h en la biblioteca. Imparte: David Ruíz Escudero. Organiza: Ayto.
- **MIÉRCOLES 7, INICIO DEL TALLER DE MEMORIA**, nuevo curso escolar de 10:00 h a 11:00 h en la biblioteca. Organiza Biblioteca "Pilar Pulgar". Colabora: Fundación BRIAN.
- **JUEVES 8, INICIO DEL CURSO DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA a través del CEAS.** Los jueves de 10:30 h a 12:00 h en la biblioteca. 30 sesiones de 1,5 horas. Organiza: CEAS.
- **VIERNES 9 Y SÁBADO 10, EL AYUNTAMIENTO PARTICIPARÁ EN EL CONGRESO EUROPEO DE SITIOS CLUNIACENSES** que tendrá lugar en la localidad francesa de Deauville.
- **LUNES 12, DÍA DE LA HISPANIDAD.** Con motivo de la Fiesta Nacional de España, la Guardia Civil celebra su patrona, tendrá lugar una Misa a las 13:00 h. en la iglesia de S. Pedro.
- **JUEVES 15, TALLER-HOMENAJE POR EL DÍA DE LA MUJER RURAL.** De 10:30 h a 11:30 h en la residencia Villa del Milagro. Organiza: BRIAN.
- **SÁBADO 17, PLANAZO RURAL**, jóvenes de Frómista, Astudillo y Carrión disfrutarán de un programa de ocio alternativo. Este primer Encuentro será en Carrión. Organiza: Juventud Diputación de Palencia. Más inf. en la biblioteca. Edades de 11 a 16 años.

MARTES 20, ENCUENTRO JULIAN BARNES FUNDACIÓN PRINCESA DE ASTURIAS. Varias personas del Club de Lectura viajarán a Oviedo a este Encuentro con el premio de Letras.

VIERNES 23, CONMEMORACIÓN DEL DÍA INTERNACIONAL DE LAS BIBLIOTECAS. A las 18:00 h **ENCUENTRO LITERARIO** con la autora **EVA PÉREZ CEPEDA** que nos presentará su obra y último poemario "Cristal y seco". Abierto a todas las personas interesadas.

SÁBADO 24 Y DOMINGO 26, EL AYTO. ASISTIRÁ A LA ASAMBLEA DE PUEBLOS MÁGICOS en Padrón (A Coruña).

MARTES 27, OFICINA MÓVIL DE CAIXABANK. De 14:00 h a 15:00 h en la plaza de Tuy.

VIERNES 30, TALLER DE HALLOWEEN. De 11.30 h a 13:00 h actividad gratuita para niños/as de 3 a 12 años. Apuntarse y más información en BRIAN, 979810707. **TRUCO-TRATO** con el AMPA por la tarde.

SÁBADO 31, CONFIRMACIONES. A las 19:00 h en la parroquia San Pedro. Organiza: Unidad Pastoral de Frómista.

Otras actividades y/o noticias:

-CONMEMORACIÓN DEL DÍA INTERNACIONAL DE LAS BIBLIOTECAS (día 24). Durante este mes todas las personas que se acerquen a la biblioteca a sacar un libro participarán en el sorteo de dos entradas al Cine en Palencia con acompañante.

-CURSO DE HISTORIA DEL MUNDO CONTEMPORÁNEO. Próximamente. 4 sesiones. Lugar: Biblioteca. Hora: 17:00 h. Días: Los lunes. Organiza: Biblioteca. Imparte: David Torres. Más Informaciones e inscripciones Biblioteca.

-NUEVA TEMPORADA DEL PROGRAMA DE RADIO LOCAL "EL ZIMBALILLO DE LA FUNDACIÓN", los miércoles a partir de las 16:15 h. Dial 107.5 FM. Organiza: Onda Judía y Fundación BRIAN. Colabora: CES y Biblioteca. Inicio el día 7.

-SERVICIO DE ATENCIÓN CIUDADANA, los jueves de 12:30 a 14:30 h en la biblioteca o bajo cita previa. Organiza: CDR Carrión y Ucieza.

DEPORTE, PROGRAMA DE OCIO SALUDABLE:

-PILATES MAT, lunes y miércoles a las 18:30 h. **ZUMBA,** lunes y miércoles a las 19:30 h. Imparte Deborah. Organiza: Ayto. **-YOGA,** jueves a las 17:00 h Organiza: Ayto. Imparte: Sadhana Yoga. **-PILATES,** los jueves a las 19:30 h Imparte: Marisol. **-ACONDICIONAMIENTO FÍSICO,** martes y viernes a las 19:10 h. Organiza: CEAS Diputación de Palencia.

*Lugar: Casa de Cultura. Colabora: Deportes Diputación Palencia.