



2021 del 27 setembre
al 17 de desembre

LA TARDOR 'és GRAN

PERSONES GRANS
FENT, VIVINT I SENTINT Cerdanyola del Vallès.

Temps per viure

Destinat a:
Persones de més de 60 anys
de Cerdanyola del Vallès.

ENTRENA LA MEMÒRIA

(L'horari dependrà del nivell,
després d'una avaluació prèvia)

Dilluns i dimarts.

Tarda (horari segons valoració)

Durada: **1:15h**

Lloc: **Àrea Social**

Avinguda Espanya, 6 C

CALMA LA MENT

Dilluns de 9:30h a 11:30h

Dimarts de 16:00h a 18:00h

Dimarts de 18:15h a 20:15h

Dimecres (mensualment)
de 16:00h a 18:00h (autònoms)

Lloc: **Centre Cívic Sant Ramón**
C/ Santa María, 17

MUSICAL MENTE

Dimarts de 10:00h a 11:30h

Lloc: **Centre Cívic Sant Ramón**
C/ Santa María, 17

JOCS DE MENT

Dimarts de 11:45h a 13:15h

Lloc: **Centre Cívic Sant Ramón**
C/ Santa María, 17

RISOTERÀPIA

Dilluns de 11:45h a 13:45h

Lloc: **Centre Cívic Sant Ramón**
C/ Santa María, 17

INFORMÀTICA

Dilluns de 9:00h a 10:30h

(Nivell inicial)

Dimecres de 9:00h a 10:30h

(Nivell intermig)

Lloc: **Masía Can Serraparera**
Avinguda Roma, 54

ARTETERÀPIA

Divendres de 9:30h a 11:30h

Lloc: **Centre Cívic Sant Ramón**
C/ Santa María, 17

Col·laboració amb

Biblioteca Central de Cerdanyola

EXPOSICIÓ DE FOTOS

"Passejades per fer fotos amb el mòbil"
realitzades durant L'estiu és Gran.

(Del 22 de novembre al 03 de desembre)

Biblioteca Central de Cerdanyola
Plaça Enric Granados, 1. Planta 0

Col·laboració amb
“ EL LATIDO DE LAS MARIPOSAS ”

Teixim papallones de ganxet
Teixirem papallones liles de ganxet per
celebrar el 25 de novembre, dia contra
les Violències Masclistes.

Dijous de 16:00h a 17:00h
(Del 07 d'octubre al 18 de novembre)
Lloc: **Centre Cívic Sant Ramón**
C/ Santa Maria 17

Altres activitats realitzades per
CREU ROJA

MANUALITATS

Dilluns 10:00h a 11:30h

OCI EN GRUP

Dilluns 10:00h a 12:00h

NOVES TECNOLOGIES

Dimarts 10:00h a 11:30h

GIMNÀSTICA PER AI BENESTAR

Dimarts 11:00h a 13:00h

LECTO ESCRIPTURA

Dimecres 16:00h a 18:00h

MUSICOTERÀPIA

Dimecres 18:30h a 20:00h

Amb col·laboració de
BARCANOVA

IOGA INCLUSIU

Dilluns de 11:00h a 12:00h
Lloc: **Parc del Turonet**

MEMÒRIA

Dijous 10:00h a 11:30h

HORT SENSORIAL

Dijous 11:00h a 12:00h

GIMNÀSTICA PER AI BENESTAR

Dijous 11:00h a 13:00h

CONTE TERÀPIA

Dijous 17:00h a 18:30h

OCI EN GRUP

Divendres 10:00h a 12:00h

GIMNÀSTICA PER AI BENESTAR

Divendres 11:00h a 13:00h

Lloc: **Seu Creu Roja.**
Avinguda Creu Roja 25-29

Anima't i participa

**LES INSCRIPCIONS A LES ACTIVITATS
S'HAURAN DE REALITZAR
A PARTIR DEL 13 DE SETEMBRE 2021.**

Trucant al telèfon:

93 580 88 88

Extensions: 2141 / 3772

Al correu electrònic:

promociosocial@cerdanyola.cat

(facilitant nom, cognoms i telèfon de contacte)



De totes els tallers que estan previstos, en podreu triar un màxim de 3. Les places són limitades a totes les activitats que s'admetran per rigorós ordre d'inscripció, excepte el taller d'«Entrena la memòria» i el del « Calma la ment».

Als tallers tant d'«Entrena la memòria» com de «Calma la ment», es donarà prioritat a noves inscripcions que no hagin gaudit de l'activitat en els últims 12 mesos. Els antics alumnes quedaran en llista d'espera per rigorós ordre d'inscripció en cas que quedin vacants lliures de les noves inscripcions.

En cas que la persona interessada s'hagi quedat en llista d'espera de qualsevol altra activitat, l'organització es posarà en contacte en cas que quedi alguna vacant lliure, seguint l'ordre de la llista d'espera.

Per les inscripcions dels tallers organitzats per **Creu Roja**:

Trucant al telèfon: 93 691 61 61

Inici d'activitats: Setembre

Inscripcions: Telefònicament o presencial.

Lloc: Seu Creu Roja. Avinguda Creu Roja 25-29 Cerdanyola del Vallès.



Totes les activitats queden subjectes a canvis i es realitzaran seguint totes les recomanacions de prevenció de la COVID-19 establertes per la Generalitat de Catalunya.



Ajuntament de
Cerdanyola del Vallès



Cerdanyola
Ciutat del
coneixement

Amb la col·laboració de:

