

IOGA I RELAXACIÓ PER A SENTIR-SE MILLOR

Activitat a la qual participen persones grans de Cerdanyola i persones adultes amb discapacitat.

Dies: Dilluns 11:15h a 13:00h

Lloc: Ateneu Municipal

Amb la col·laboració del Centre Ocupacional Barcanova



ESPAI D'ARTERÀPIA AL MUSEU

Activitats creatives al museu amb l'objectiu de relaxar-se i obtenir benestar personal.

Dies: Dijous de 17:00h a 19:00h

Lloc: Museu d'Art de Cerdanyola



PER PARTICIPAR A LES ACTIVITATS CAL INSCRIPCIÓ PREVIA

TRUCANT AL

93 580 88 88

EXTENSIÓ 2141



**PROGRAMACIÓ
ACTIVITATS
GENER-JUNY
2018**

GENT GRAN

**AJUNTAMENT DE
CERDANYOLA DEL
VALLÈS**



ACTIVITAT "CALMA LA MENT I OBTÉ BENESTAR"

Activitat de benestar personal on podràs aprendre a relatar-te i a sentir-te millor.

Dies: Dijous de 17:00h a 19:00h

Lloc: Museu Ca n'Ortadó

TALLER BÀSIC D'ANGLÈS PER A VIATJAR



Taller pràctic i dinàmic on aprendre nocions bàsiques d'anglès per fer turisme.

Dies: Dilluns i Dimecres de 12:00h a 13:00h

Lloc: Ateneu Municipal

Observacions: Adreçat a persones amb alguna noció de la llengua.

ENTRENAMENT DE LA MEMÒRIA



Activitat preventiva que ajuda al manteniment de la memòria. Sessions setmanals d'una hora.

Dies: Dilluns, Dimarts o Dijous

Lloc: Arxiu Municipal o a l'Àrea Social

CICLE DE PASSEJADES CULTURALS

Visita al taller "l'Art del Vitrall" ubicat a Sabadell.

Dia: Dimecres 24 de gener de 2018

Horari: de 9:30h a 13:30h

Punt de Sortida: Ateneu Municipal

TREURE PROFIT AL TEU SMARTPHONE

Taller pràctic per aprendre el funcionament bàsic d'un telèfon intel·ligent.

Dies: Dimarts de 16.30h a 18:00h

Lloc: Arxiu Municipal

TALLER DE RISOTERÀPIA

Activitat de promoció de la salut i del benestar personal, fent èmfasi en el riure i la relaxació.

Dies: Dimecres de 17.30h a 19:00h

Lloc: Centre Cívic Sant Ramón