

CICLE DE PASSEJADES CULTURALS

Sortides que es realitzen un cop al mes amb la finalitat de descobrir el patrimoni històric, cultural i fer exercici alhora que es coneix gent!

Consultar la programació mensual en el programa de gent gran

ESPAI d' ARTTERÀPIA

Taller on s'utilitzen les arts plàstiques com eina per a millorar el benestar personal i la qualitat de vida.

Dies: dimecres

Horari: 17.00 a 19.00 h

Lloc: Museu d'Art de Cerdanyola



PER PARTICIPAR A LES ACTIVITATS CAL INSCRIPCIÓ PRÈVIA

TRUCANT AL

93 580 88 88

EXTENSIÓ 2141

HORARI D'ATENCIÓ

10:00h a 13:00h



Ajuntament de Cerdanyola del Vallès



PROGRAMACIÓ
ACTIVITATS
2019

**GENT
GRAN**

AJUNTAMENT DE
CERDANYOLA DEL
VALLÈS

TALLER "CALMA LA MENT I OBTÉ BENESTAR"

Taller de relaxació i emocions on es treballen habilitats de relaxació i benestar personal en grup.

Dies: dijous

Horari: 17:00h a 19:00h

Lloc: Àrea Social

TALLER BÀSIC D'ANGLÈS PER A VIATJAR

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

Dies: dimecres i divendres

Horari: 11.00 h a 12.30 h

Lloc: Ateneu Municipal

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

ENTRENAMENT DE LA MEMÒRIA

Taller preventiu que ajuda al manteniment de la memòria. Sessions setmanals.

Dies: dilluns, dimarts o dimecres

Horari: per la tarda (diferents horaris)

Lloc: Equipaments municipals

***Observacions:** S'assignaren els grups una vegada feta la valoració

IOGA I RELAXACIÓ PER A SENTIR-SE MILLOR

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

Dies: dilluns

Horari: 11.15 h a 13.00 h

Lloc: Ateneu Municipal

**Amb la col·laboració del Centre Ocupacional Barcanova*

TREURE PROFIT AL TEU SMARTPHONE

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

Dies: dijous

Horari: 16.30 a 18.00 h

Lloc: Arxiu Municipal

Dies: dimarts

Horari: 16.00h a 17.00h

Lloc: Arxiu Municipal

TALLER DE RISOTERÀPIA

Taller de promoció de la salut i del benestar personal a través del riure i la relaxació.

Dies: dimecres

Horari: 18.00h a 19:30h

Lloc: CC. Sant Ramón