

## Altres activitats organitzades per la Creu Roja

- ✓ TALLER DE MANUALITATS
- ✓ TALLER DE MASSATGES
- ✓ TALLER DE LECTO-ESCRITURA
- ✓ TALLER D'HORT
- ✓ GYM DE MANTENIMENT
- ✓ TALLER D'ALFABETITZACIÓ DIGITAL
- ✓ TALLER DE RELAXACIÓ
- ✓ TALLER DE MUSICOTERÀPIA
- ✓ TALLER DE MEMÒRIA
- ✓ TALLER CONTETERÀPIA
- ✓ JOCS EN BONA COMPANYIA

## Per a les inscripcions dels tallers organitzats per la Creu Roja

☎ **Trucar al telèfon:**  
93 691 61 61

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



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

## LES INSCRIPCIONS COMENCEN A PARTIR DEL 20 D'ABRIL

☎ **Trucant al telèfon:**  
93 580 88 88  
Extensions: 2141/3772  
o al 603 620 214

@ **Al correu electrònic:**  
promociosocial@cerdanyola.cat  
(facilitant nom, cognom i telèfon de contacte)

Les places són limitades, l'admissió serà per rigorós ordre d'inscripció i cada persona es podrà inscriure a un màxim de tres activitats.

Es donarà prioritat a les persones que no hagin gaudit dels tallers en els últims 12 mesos. Els antics alumnes quedaran en llista d'espera i seran admesos en ordre d'inscripció en cas que quedin places lliures.

Les persones no admeses quedaran en llista d'espera. En cas que hi hagi alguna baixa, l'organització s'hi posarà en contacte.



Amb el col·laboració:



# La primavera és gran



## Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022

# La primavera és gran

**Del 2 de maig a  
l'1 de juliol de 2022**

## VISITA A LA FIRA D'ABRIL DEL RECINTE FIRAL DE FÒRUM

**Dia 26 d'abril a les 18.30 h**

Lloc: Recinte Firal de Fòrum

Cal inscripció prèvia a partir del 19 d'abril i les places són limitades.

## ENTRENAMENT DE LA MEMÒRIA

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

Programa d'estimulació cognitiva

(Cal avaluació prèvia per l'assignació de grup)

**Dilluns i dimarts (diversos horaris)**

Durada: 1 h

Lloc: Àrea Social (Av. Espanya, 6C) i Ateneu Municipal (c. Indústria, 38-40)

## CALMA LA MENT I OBTÉ BENESTAR

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

Descripció: espai on calmar la ment de manera senzilla, sostenint el present i mantenint la il·lusió en el futur (nivell avançat).

**Dilluns de 9.30 a 11.00 h**

**Dimarts de 16.00 a 17.30h**

Lloc: Centre Cívic Sant Ramon (c. Santa Maria, 17)

## MOVIMENT SUAU I EMOCIONS

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

**Dimarts de 17.45 a 19.15 h**

Lloc: Centre Cívic Sant Ramon (c. Santa Maria, 17)

## MUSICALMENT

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

Descripció: Taller on treballar l'atenció, la memòria, l'audició... mitjançant la música. No és un taller de música.

**Dimarts de 10.00 a 11.30 h**

Lloc: Centre Cívic Sant Ramon (c. Santa Maria, 17)

## JOCS DE MENT

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

Descripció: taller on entrenar les funcions cognitives a través de jocs de taula.

**Dimarts d'11.45 a 13.15 h**

Lloc: Centre Cívic Sant Ramon (c. Santa Maria, 17)

## RISOTERÀPIA

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

Descripció: espai on millorar l'estat anímic i facilitar l'expressió de sentiments com l'alegria, l'entusiasme, riure,...

**Grup 1. Dilluns d'11.15 a 12.15 h**

**Grup 2. Dilluns de 12.30 a 13.30 h**

Lloc: Centre Cívic Sant Ramon (c. Santa Maria, 17)

## ARTTERÀPIA

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

Descripció: espai on millorar l'estat anímic i facilitar l'expressió de sentiments mitjançant l'art

**Divendres de 9.30 a 11.0 h**

Lloc: Centre Cívic Sant Ramon (c. Santa Maria, 17)

## INFORMÀTICA

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

Descripció: formació bàsica avançada d'iniciació a la informàtica

**Dimecres de 9.30 a 11.00 h**

Lloc: Masia Can Serra (av. Roma, 54)

## INTRODUCCIÓ ALS DISPOSITIUS MÒBILS

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

Descripció: aprèn a utilitzar el teu mòbil i treure-li suc.

**Dimecres de 16.00 a 17.00 h**

Lloc: Ateneu Municipal (c. Indústria, 38-40)

## APLICACIONS AL TELÈFON MÒBIL: WHATSAPP, TELEGRAM I LINE.

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

Descripció: aprèn a utilitzar les principals aplicacions de missatgeria mòbil.

**Dimecres de 17.00 a 18.00 h**

Lloc: Ateneu Municipal (c. Indústria, 38-40)

## INICIACIÓ A LA FOTOGRAFIA: TELÈFONS MÒBILS I TAULETES

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

Descripció: aprèn a treure partit a la càmera del teu mòbil o la teva tauleta.

**Dimecres de 18.00 a 19.00 h**

Lloc: Ateneu Municipal (c. Indústria, 38-40)

## XARXES SOCIALS: INSTAGRAM I FACEBOOK

**Del 2 de maig a l'1 de juliol de 2022**

Descripció: aprèn els conceptes bàsic de les xarxes socials i com fer-ne ús.

**Dilluns de 10.00 a 11.00 h**

Lloc: Ateneu Municipal (c. Indústria, 38-40)

## BALL PER A LA GENT GRAN

**Dia 15 de maig a les 19.00 h**

Lloc: Plaça Universal, s/n

## BALL PER A LA GENT GRAN

**Dia 29 de maig a les 19.00 h**

Lloc: Ateneu Municipal (c. Indústria, 38-40)

## DIJOUS DE CINE-FÒRUM CINEFÒRUM SOBRE JUSTÍCIA AMBIENTAL

*Alternativa Intercanvi amb Pobles Indígenes*

**Dijous 30 de juny a les 17.30 hores**

Lloc: Museu d'Art de Cerdanyola

(c. Sant Martí, 88)

*Activitat organitzada en col·laboració amb la regidoria de cooperació i solidaritat*

## ACTE HOMENATGE A LES PERSONES DE 80 ANYS

*Acte homenatge que l'ajuntament ofereix a les persones que durant aquest any fan 80 anys.*

Acte amb invitació prèvia i per al qual cal estar empadronat al municipi.

*Per més informació, contactar amb la regidoria de gent gran 93.580.88.88 Extensió: 2141.*