

ACTIVITATS TARDA I NIT

BALL A LA FRESCA PER A LA GENT GRAN a càrrec del grup GLACÉ MÚSICA

Diumenge 10 de juliol a les 21.00 h

Lloc: Plaça Universal (barri de Serraparera)

CINEMA A LA FRESCA

Projecció de la pel·lícula *El verano que vivimos* (2020), de **Carlos Sedes**.

Divendres 15 de juliol a les 22.00 h

Lloc: Jardins de Ca N'Ortadó
(pl. Sant Ramon, 24)

BALL A LA FRESCA PER A LA GENT GRAN a càrrec del grup musical SANDALO

Diumenge 24 de juliol a les 21.00 h

Lloc: Pl. de l'Abat Oliba

CINEMA A LA FRESCA

Projecció de la pel·lícula *Yesterday* (2019), de **Danny Boyle**.

Divendres 29 de juliol a les 22.00 h

Lloc: Jardins de Ca N'Ortadó
(pl. Sant Ramon, 24)



INSCRIPCIONS A PARTIR DEL 27 DE JUNY DE 2022

De manera presencial

A les oficines de l'àrea social
(Av. d'Espanya, 6c)



A través de correu electrònic
promociosocial@cerdanyola.cat

Per qualsevol dubte o informació, podeu trucar al telèfon del programa de gent gran:



93.580.88.88 Extensions: **2141/3772** o **603 620 214**

Activitats adreçades a persones de 60 i més anys de Cerdanyola del Vallès. Les places són limitades i cal inscripció prèvia. L'assignació de places es farà a través de sorteig en el cas de que hi hagi més sol·licituds que places disponibles.

En el cas de que hi hagi alguna baixa, l'organització trucarà a les persones que s'hagin quedat en llista d'espera, sempre en rigorós ordre de llista.



Amb la col·laboració:



L'estiu és gran



Del 4 al 31 de juliol de 2022

L'estiu és gran



**Del 4 al 31
de juliol de 2022**

MUSICALMENT

Del 4 al 31 de juliol de 2022

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

Dilluns de 10.30 a 11.30 h

Dimarts de 9.00 a 10.30 h

Lloc: Centre Cívic Sant Ramon

(c. Santa Maria, 17)

JOCS DE MENT

Del 4 al 31 de juliol de 2022

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

Dilluns de 9.00 a 10.30 h

Dilluns de 17.00 a 18.30 h

Lloc: Centre Cívic Sant Ramon

(c. Santa Maria, 17)

EL GRAN SCAPERROOM

Dies 4 o 18 de juliol de 2022

Descripció: Joc d'engeni on cal posar en marxa diferents capacitats cognitives per arribar a la sortida.

Dilluns de 19.00 a 20.30 h

Lloc: Jardins de Ca N'Ortadó

(pl. Sant Ramon, 24)

TROBA EL TRESOR!

Dies 12 o 26 de juliol de 2022

Descripció: Joc d'engeni on cal posar en marxa diferents capacitats cognitives per a trobar el tresor.

Dimarts de 10.30 a 12.00 h

Lloc: Museu d'Art de Cerdanyola

(c. Sant Martí, 88)

FREE TOUR Cerdanyola! DESCOBREIX LA TEVA CIUTAT

Descripció: visites guiades a peu per conèixer la ciutat.

Programació:

Dia 6 de juliol. Cerdanyola Modernista

Dia 13 juliol. Cerdanyola Industrial

Dia 20 de juliol. Santa Victoria i Sant Iscle

Dia 27 de juliol. Can Llopis i Ca N'Ortadó: cases d'estiueig

Hora: de 19.30 a 21.00 h

Punt de sortida: Ateneu Municipal

(c. Indústria, 38-40)

VIU LA MÚSICA!

Del 4 al 31 de juliol de 2022

Descripció: La musicoteràpia, eina per a l'autoconeixement i el benestar personal. Músiques, percussió corporal, veu, moviment i expressió com a instruments per connectar amb les emocions, aconseguint millorar la comunicació i les relacions socials.

Dijous de 17.00 a 18.30 h

Lloc: Espai Enric Granados

(pl. d'Enric Granados, 1)

JOCS I CONTES

Del 4 al 31 de juliol de 2022

Descripció: Els jocs i contes com a eina terapèutica a través del llegat cultural. Diversió, entreteniment, plenitud i benestar físic, cognitiu i emocional, enfortint l'autoestima i els vincles socials.

Dijous de 18.30 a 20.00 h

Lloc: Espai Enric Granados

(pl. d'Enric Granados, 1)

GINNÀSTICA ACTIVA. BENESTAR CORPORAL I EMOCIONAL

Del 4 al 31 de juliol de 2022

Descripció: Exercici físic suau i de manteniment per conservar el cos en forma. L'objectiu és el benestar corporal i emocional i, alhora, facilitar i enfortir les relacions socials.

Divendres de 9.00 a 10.30 h

Lloc: Jardins de Ca N'Ortadó

(pl. Sant Ramon, 24)

PLANIFICA LES TEVES VACANCES AMB EL MÒBIL!!

Del 4 al 31 de juliol de 2022

Descripció: busca informació del teu destí, planifica la teva ruta, consulta els temps al teu destí, quines és l'horari del museu que vols visitar,...

Dimecres de 17.00 a 18.00 h

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

TREU-LI SUC A LES FOTOGRAFIES DE L'ESTIU!

Del 4 al 31 de juliol de 2022

Descripció: com treure el màxim partit al mòbil a l'hora de fotografiar les vacances estivals.

Dimecres de 18.00 a 19.00 h

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

ELS DIMARTS AL VESPRE, CAFÈ EN COMPANYIA!

Del 4 al 31 de juliol de 2022

Descripció: espai on parlar de com tenir cura del nostre benestar personal i qualitat de vida.

Dimarts de 18.30 a 20.00 h

Lloc: Centre Cívic Sant Ramon

(c. Santa Maria, 17)