



APUNTA-T'HO!

CAP MARTÍ I JULIÀ

PRIMAVERA 2024



Activitats comunitàries

TALLER DE MEMÒRIA

Exercitem el nostre cervell per mantenir-lo en forma. Activitats, reptes i exercicis guiats per optimitzar el funcionament de la memòria.

Lloc: Casal Can Mercader

Dates: Del 11 de març al 6 de maig

Horari: Dilluns de 12.00h a 13.00h

ESPAI SALUT - ENVELLIMENT ACTIU I SALUDABLE

Activitat adreçada a persones **majors de 65 anys**

Fomentem un envelliment actiu i saludable mitjançant pautes d'exercici físic terapèutic amb l'objectiu d'ajudar a prevenir el dolor crònic i la debilitat física relacionada amb l'edat.

Lloc: Poliesportiu Municipal Casagemes - Albert Esteve

Dates: Del 28 de febrer al 29 de maig

Horari: Dimecres de 10.00h a 10.45h

INSCRIU-TE A:

inscripciomarti.julia@bsa.cat

Per a més informació i inscripcions, consulteu el vostre equip d'atenció primària o adreceu-vos al taulell.