



CAP MARTÍ I JULIÀ

HIVERN 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.

Dates: Del 11 de MARÇ al 29 d'ABRIL

Horari: DILLUNS 12.00H a 13.00H

Lloc: Casal Can Mercader

TALLER DE RISOTERÀPIA

Fomentem el benestar emocional i la millora de l'estat d'ànim tot fent una activitat diferent i divertida.

Dates: Del 12 de FEBRER al 4 de MARÇ

Horari: DILLUNS 12.00H a 13.00H

Lloc: Casal Can Mercader

ESPAI SALUT

Envelliment actiu i saludable

Fomentem un estil de vida saludable mitjançant pautes d'exercici físic terapèutic amb l'objectiu d'ajudar a prevenir el dolor crònic i evitar el sedentarisme.

Dates: Obert d'OCTUBRE a JUNY (Excepte festius i períodes vacacionals)

Horari: DIMECRES 10.00H a 10.45H

Lloc: Poliesportiu Municipal Casagemes - Albert Esteve

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.