

PROGRAMA D'ACTIVITATS PER A PERSONES GRANS

tu ets
MEMÒRIA
explica-la!

SABADELL
CIUTAT AMIGA
DE LES
PERSONES
GRANS

ESPAI ALEXANDRA

ACTIVA EL CERVELL

Tallers per trencar la bretxa digital, tallers per millorar la memòria, lectoescriptura, taller de lectura.

SALUT I PREVENCIÓ

Taller de gestió emocional, música i moviment, Daoyin.

ARTS, CULTURA I MÚSICA

Cinema, música, actuacions musicals, visites culturals, cant coral, coro rociero, grup teatre, sardanes.

HABILITATS I AFICIONS

Treballs manuals, patchwork.

EXPOSICIONS

Fotogràfiques, de pintura, de manualitats i artístiques.

XERRADES

De salut, de benestar, culturals, socials i de temes d'actualitat.

ACTIVITATS FÍSiques

Excursions a la natura amb autocar, petanca, passejades, gimnàstica suau, sardanes, balls en línia, sevillanes.

+ Informació al taulell de recepció del Complex Alexandra, Plaça d'Ovidi Montllor, 3, de dl. a dv. de 9 a 20h, tel. 93 7160220 o visitant el web www.sabadell.cat/gentgran.



Ajuntament
de Sabadell

Casal
Gent
Gran
Can-Rull

VIMUSA
HABITATGES MUNICIPALS DE SABADELL SA