

PROGRAMA D'ACTIVITATS PER A PERSONES GRANS

tu ets
EXPERTESA
ensenya-la!

SABADELL
CIUTAT AMIGA
DE LES
PERSONES
GRANS

ANTIC MERCAT DE SANT JOAN

INFORMÀTICA, COMUNICACIÓ I IDIOMES

Tallers per trencar la bretxa digital, reforç informàtic, italià, anglès, català escrit, conversa en català i parelles lingüístiques.

ARTS, CULTURA I MÚSICA

El plaer de la literatura, visites culturals.

EXPOSICIONS I XERRADES

Culturals, de viatges, socials.

ACTIVITAT FÍSICA, DANSA I NATURA

Biodansa, country, balls en línia, tono pilates i Tai-txi.

ACTIVA EL CERVELL

Tallers per a potenciar la memòria, taller de mandales en paper i en pedra.

SALUT I PREVENCIÓ

Tallers: gestió emocional, música i moviment, pintura de vano, 5 moviments de la vida.

+ Informació a l'Antic Mercat de Sant Joan de 10 a 12 i de 16 a 19h. i trucant al 937 259 664 o visitant el web www.sabadell.cat/gentgran

Hi col·laboren:



Ajuntament
de Sabadell

