

PROGRAMA D'ACTIVITATS PER A PERSONES GRANS

tu ets

EXPERIÈNCIA

comparteix-la!

SABADELL
CIUTAT AMIGA
DE LES
PERSONES
GRANS

ESPai SANT OLEGUER

ACTIVA EL CERVELL

Tallers per trencar la bretxa digital,
tallers per millorar la memòria,
lectoescriptura, francès i anglès
bàsic per viatjar.

SALUT I BENESTAR

Taller de gestió emocional, música i
moviment, Daoyin, Artteràpia.

ARTS, CULTURA I MÚSICA

Cinema, música, actuacions
musicals, visites culturals.

HABILITATS I AFICIONS

Dibuix i pintura, treballs manuals.

EXPOSICIONS

Fotogràfiques, de pintura, de
manualitats i artístiques.

XERRADES

Salut, benestar, temes culturals,
socials i d'actualitat.

ACTIVITATS FÍSiques

Excursions a la natura amb
autocar, petanca, passejades,
gimnàstica suau.

+ Informació a la recepció del
Complex de Sant Oleguer, c. de Sol
i Padrís, 58, de dl. a dv. de 9 a 20h
i trucant al **93 7101950** o visitant el
web **www.sabadell.cat/gentgran**.

Hi col·laboren:



Ajuntament
de Sabadell

VIMUSA
HABITATGES MUNICIPALS DE SABADELL SA

