



Concello de
Malpica de Bergantiños

MALPICA DE BERGANTIÑOS

ENVELLECIMIENTO ACTIVO 2017

Programa de actividades para persoas maiores de 60 anos. Todas as actividades están destinadas a enriquecer o proceso de envellecemento, previndo situacións prematuras de dependencia e mellorando a calidade de vida das persoas.

INICIO: 3 de outubro de 2017

CLAUSURA: 10 de novembro de 2017

LUGARES E HORARIO:

Lugar	Local	Días	Horario
Buño	Casa do Oleiro	Martes e Xoves	16.00 a 18.00h
Malpica	Centro Cívico	Martes e Xoves	18.15 a 20.15h

PROGRAMA: Executado por MAIS PORVIR XESTIÓN SOCIAL, S.L.U.

DATA	OBRADOIRO
03/10/2017	Estimulación cognitiva. “A mente en movemento”
05/10/2017	Estimulación cognitiva a través das TICs. “Coñezo as novas Tecnoloxías”
10/10/2017	Taller de voz.
17/10/2017	Xogos de mesa. “Aprendo, divírtome e compito”
19/10/2017	Manualidades “Elaboración de xabóns artesanais”
24/10/2017	Alimentación saudable.
26/10/2017	Psicomotricidade. “Mente e corpo en acción”
27/10/2017	Termalismo para todos/as
02/11/2017	Charla.
07/11/2017	Pilates.
10/11/2017	Clausura. “Todos/as a bailar”

