

Programa de Promoción de HÁBITOS SALUDABLES

depende de *ti*

**PRIORITARIAMENTE
PERSONAS DE 60
Y MÁS AÑOS**



Municipio: **ALDEATEJADA**

Sesión de presentación e inscripción*. A cargo del personal de Animación Comunitaria del CEAS.

Día: **30 DE ENERO** Hora: **16:30h** Lugar: **Centro de Día**

* Para iniciar el programa será necesaria la inscripción de al menos 6 personas, la mitad de las cuales deberán ser mayores de sesenta años.

2022

- Gimnasia / Yoga / Taichí
- Uso fácil de dispositivos móviles
- Entrenamiento de la memoria
- Memoria colectiva: Paseo saludable

2023

- Gimnasia / Yoga / Taichí
- Inteligencia emocional
- Juegos de habilidades psicomotrices
- Memoria colectiva: Paseo saludable

Área de Bienestar Social. Servicio de Animación Comunitaria de los CEAS de la Diputación de Salamanca.