

# Tallers de memòria i gimnàstica per a la gent gran

Red adscrita  CAT

---

## Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

---

## Descripción

Realitzem dos tallers de memòria a l'any i tres tallers de gimnàstica per a la gent gran

-Els tallers de memòria es porten a terme cada tardor i cada primavera, un total de 12 sessions cada temporada.

Al tenir tant d'èxit i ser un nombre gran de persones participants, en fem dos grups cada sessió.

Es fan els dimecres a la tarda al casal de la gent gran. El primer grup de 17h a 18h i el segon grup de 18h a 19h.

-Els tallers de gimnàstica es porten a terme en tres sessions cada any. Cada temporada consta de 10 sessions i en fem un a la tardor i dos de seguits a la primavera-estiu. Hi participa un sol grup.

---

## Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (A EL FAR D'EMPORDÀ HI POT ASSISTIR TOTA LA POBLACIÓ MÉS GRAN DE 60 ANYS.)

---

## Persona de contacto

Eva Roca Farrés (972 49 92 13) (gentgranfar@gmail.com)

---

## Fecha de última actualización de la actividad

19/09/2023

---

## Situación actual de la actividad

Activa

---

## Gratuita

Sí

---

## Localización

Calle Tramuntana 2 17469 Far d'Empordà, El Girona Cataluña España

