

Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Personas en riesgo de exclusión, Salud mental/Bienestar emocional, Enfermedades crónicas, Actividad física, Formación, Salud comunitaria, Cultura, ocio y naturaleza.

Descripción

DESCRIPCIÓ:

L'Activa't +60 és tot un programa d'activitats pensades i dirigides a persones majors de 60 anys. És un conjunt de tallers, cursos i activitats puntuals relacionades amb l'activitat física, l'expressió i creativitat artística, el benestar emocional i la salut, activació cognitiva, nous aprenentatges i cultura digital, visites i activitats culturals.

BENEFICIS DE L'ACTIVITAT:

Activitats pensades per ser espais de socialització que ofereixen l'oportunitat de conèixer i conversar amb altres persones, teixir xarxa, aprendre i gaudir d'activitats lúdiques en grup.

Les activitats físiques estan plantejades com activitats de manteniment de la salut física, sent també espais de socialització.

Algunes activitats estan relacionades amb el manteniment de l'agilitat mental i el benestar emocional.

ACTIVITATS OBERTES (sense inscripció):

- Jocs de memòria
- Grups de conversa
- Conferències de salut
- Bibgrans

- Balls
de diumenge

LLOC DE
DERIVACIÓ:

Cal derivar la persona a
qualsevol dels Punts d'Informació de Gent Gran on se li podrà explicar de
manera detallada totes les activitats disponibles.

És preferible demanar cita
a través del telèfon 696 403 764, a través de trucada o WhatsApp.

~~Per més informació se~~ següents Punts d'Informació:

Dimarts
de 10 a 12h a Ca n'Amiguet

Dimarts
de 15 a 17h a Ca n'Amiguet

Dimecres
de 9 a 12h a Casal Can Gorgs

Dijous
de 9 a 12h al Casal de Cultura

Divendres
de 9 a 10:30h al Casal de Cultura

Contacto

Punt informació Gent Gran - 696 403 764 - activat@bdv.cat

Fecha de última actualización del recurso

05/12/2025

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Via Sant Oleguer 20 08210 Barberà del Vallès Centre Ca n'Amiguet Barberà del Vallès Barcelona Catalunya España

