



Programa d'activitats per la Gent Gran

CURS 2022-2023

Acompanyem a la Gran Gent



Ajuntament
de Pallejà

gent
gran
de pallejà

Activitats benestar i salut

Re-activa't (microgimnàstica)

Dilluns, de 12 a 13 h. Sala Pal·làdius

Sevillanes

Dijous, de 17.45 a 18.45 h. Sala Pal·làdius

Zumba gold

Dijous, de 11 a 12 h. Sala Pal·làdius

Activa't (gimnàstica de manteniment)

Dilluns de 10.30 a 11.30 h.

De dimarts a dijous de 10 a 11 h.

Zona esportiva. Majors de 65 anys

Balls en línia

Dissabte, de 10 a 11 h / 11 a 12 h / 12 a 13 h.

Escola La Garalda

Balls de saló

Dijous, de 18.45 a 19.45 h. Sala Pal·làdius

Caminen per Pallejà i el seu entorn

Dimarts, de 15 a 16.30 h. Sortida: plaça del Castell

Sardanes

Dijous, de 18 a 19 h. Castell

Activitats de noves tecnologies

Informàtica avançada

Dimecres, de 17 a 18.30 h. Casal de la Gent Gran

Coneixements i habilitats

Re-activa't (manualitats)

Dilluns, d'11 a 12 h. Sala Pal·làdius

Teatre

Dimecres, de 18 a 19.30 h. Casal de la Gent Gran

Manualitats 1

Dilluns, de 10 a 11.30 h. Casal de la Gent Gran

Manualitats 2

Dijous, de 15 a 16.30 h. Casal de la Gent Gran

Fusteria

Dimarts, de 16 a 17.30 h. Casal de la Gent Gran

Taller de labors amb la Conchi López

Dimarts, de 10 a 11.30 h. Casal de la Gent Gran

Taller de costura amb Montse, de Ca la Montse

Divendres de 10 a 11.30 h. Casal de la Gent Gran



Activitats d'estimulació mental

Tallers de memòria amb la Montse Barja

Dimecres, de 10.30 a 12 h. Dijous, de 10.30 a 12 h. Casal de la Gent Gran

Tallers de memòria reminiscència

Dilluns, de 11.30 a 13 h. Casal de la Gent Gran

Jocs cervell en forma

Dilluns, de 15 a 16.30 h. Casal de la Gent Gran

Viure! Taller de benestar emocional amb Lluís Sebastià

Dijous, de 11.30 a 13 h. Sala Pal·làdius

Bingo

Dijous mensual, de 17.30 a 19 h. Casal de la Gent Gran

Matemàtiques

Dimecres, de 15 a 16.30 h. Casal de la Gent Gran

Llengua castellana

Dimecres, de 16.30 a 18 h. Casal de la Gent Gran

Aprenem Anglès

Dimarts, de 15 a 16.30 h. Casal de la Gent Gran

Xerrem (aprenem català amb els Xerpes del Castell)

Dimecres, de 11.3 a 13 h. Castell

Taller de Rummikub

Divendres, d'10 a 11.30 h. Casal de la Gent Gran



Inscripcions:

- Del 26 al 30 de setembre al Casal de la Gent Gran.
- Inici dels tallers a partir del dilluns 3 d'octubre.

Per a més informació:

Casal de la Gent Gran. C/ Pau Claris, 36

Tel. 93 663 19 35