

Programa de Promoción de HÁBITOS SALUDABLES

depende de *ti*

**PRIORITARIAMENTE
PERSONAS DE 60
Y MÁS AÑOS**

Municipio: _____

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

Día: _____ Hora: _____ Lugar: _____

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

2024

2025

- ❖ **Actividad Física: Gimnasia / Yoga.**
- ❖ **Taller de Entrenamiento de la Memoria.**
- ❖ **Taller de Inteligencia Emocional.**
- ❖ **Taller para el desarrollo de estrategias para una buena Salud Mental.**

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