

## PRIMER SEMESTRE 2018 ,

PUEDES INSCRIBIRTE EN LOS SIGUIENTES **CURSOS** EN EL CENTRO DE MAYORES DE LA SOLANA.-PATROCINADOS POR LA OBRA SOCIAL "LA CAIXA"

### **VIVIR COMO YO QUIERO Y VIVIR EN POSITIVO.-TALLERES**

**DE DESARROLLO PERSONAL**, SE TRABAJAN: Motivaciones , Toma de decisiones , pensamiento positivo.....

**ENTRENA** : Programa Preventivo para un Envejecimiento Saludable . Trucos para mejorar la calidad de vida, compartir experiencias de autocuidado, reforzarás tu autonomía personal, incorporarás hábitos de vida saludable



### **AMIGOS LECTORES** :.-TALLER DE DISCUSIÓN, DEBATE Y DINÁMICAS DE GRUPO



### **EJERCITA TU MENTE :**

Ayuda a Mantener la mente activa a través de la estimulación de las principales áreas cognitivas del cerebro: el lenguaje, la atención ,la concentración y el pensamiento auditivo

**ACTIVATÉ**: El Propósito del Taller es ayudarte a descubrir una etapa llena de oportunidades mediante una serie de claves que te ayudarán a mejorar tu calidad de vida. Dispondrás de toda la información para disfrutar de plenitud física y mental

**INSCRIPCIONES EN EL CENTRO DE MAYORES DE LA SOLANA**  
**DEL 16 AL 22 DE FEBRERO DE 2018**