



Obra Social
Fundación "la Caixa"

CENTRO DE MAYORES DE LA SOLANA
TALLERES Patrocinados por la Obra Social de
Fundación "La Caixa"
2016.-



“Vivir como yo quiero”.- TALLER DE DESARROLLO PERSONAL, se trabajan
•Motivaciones, toma de decisiones, pensamiento positivo.....
-19,5 horas de duración.
•Inicio: 10 de Marzo, jueves de 16:30 a 18:00 horas.

“Entrena”-TALLER QUE CONTIENE LAS CLAVES PARA LOGRAR UN ENVEJECIMIENTO
SALUDABLE, AYUDA A CONSERVAR LA AUTONOMÍA Y A RECUPERAR LA ACTIVIDAD
FÍSICA.
-16 horas de duración.
-Inicio: 7 de Marzo, lunes de 16:30 a 18:30 horas.

Inscripción gratuita para socios y usuarios del Centro de Mayores
Si estás interesado/a en asistir, inscríbete en el Centro de Mayores del 29 de Febrero al
4 de Marzo del 2016 en horario de mañanas. El Número máximo de personas que
pueden participar es de 16. Las plazas se adjudicarán por riguroso orden de inscripción

Puede visualizar este cartel en www.centromayoreslasolana.com