MOVERSE ES CUIDARSE!!!

OCTUBRE

TALLER ¿CÓMO ENFRENTARSE A LA PREOCUPACIÓN O A EL DESÁNIMO?

Inicio: 11 de octubre. Fin: 15 de noviembre.

Días: 11,18,25 de octubre y 8 , 15 de noviembre

Horario: 10:00 a 13:00

Lugar: 2ª planta del Ayuntamiento.

Entidad que imparte: Cencibel

TALLER USOS APLICACIONES EN DISPOSITIVOS MOVILES.

Inicio: 24 de octubre.

Fin: 31 de octubre.

Días: 24 (lunes),26 (miércoles) 28 (viernes) y 31 de octubre (lunes)

Duración: 8 h

Horario: 9:00 a 11:00

Lugar: Biblioteca – Centro de Internet

Entidad que imparte: Inciso Integración.

NOVIEMBRE

TALLER DE REDES SOCIALES Y CITA PREVIA

Día: 2 de noviembre

Horario: 9:00 a 11:00

Lugar: Biblioteca – Centro de Internet

Entidad que imparte: Cruz Roja

TALLER CON LOS 5 SENTIDOS – ESTIMULACIÓN SENSORIAL

Días: 18 y 22 de noviembre

Horario: 10:00 a 12:00

Lugar: Ludoteca/Centro Joven

Entidad que imparte: UDP

NOVIEMBRE

TALLER DE RELAJACIÓN (Personas mayores de 50 años)

Día: 23 de noviembre

Duración: 1 hora

Hora: 10:30 de la mañana.

Lugar: Ludoteca/Centro Joven

Entidad que imparte: Cruz Roja

TALLER DE PREVENCIÓN DE CAIDAS Personas mayores de 50 años)

Día: 30 de noviembre

Duración: 1 hora

Hora: 10:30 de la mañana.

Lugar: Ludoteca/Centro Joven

Entidad que imparte: Cruz Roja

TALLER DE MUSICOTERAPIA

Días: 25 y 29 de noviembre

Horario: 10:00 a 12:00

Lugar: Ludoteca/Centro Joven

Entidad que imparte: UDP

DICIEMBRE

TALLER CON UNA SONRISA – PENSAMIENTO POSITIVO.

Días: 13 y 16 de diciembre

Horario: 10:00 a 12:00

Lugar: Ludoteca/Centro Joven.

Entidad que imparte: UDP

FINANCIA:

Junta de Comunidades de
Castilla-La Mancha

ORGANIZA:

Asociación de Jubilados y Pensionistas “Ntra. Sra. De La Fuente”

ENTIDADES COLABORADORAS:

Cencibel

Inciso Integración

Cruz Roja