Ajuntament d'Argentona

Projecte *Si sortim, millorem*

Nova edició del taller de microgimnàstica i de riure per a majors de 65 anys, a l'edifici Velcro.

La regidoria de Benestar Social segueix amb el projecte ***Si sortim, millorem***, orientat a millorar la salut de les persones grans, i reedita el **Taller de microgimnàstica i de riure**.

El taller estarà dirigit per un professional expert en **fisioteràpia** i està concebut com a **espai de relació i d'esbarjo** on poder realitzar una **activitat física ajustada** a les necessitats de les persones grans, contribuint a millorar-ne el benestar i aportant efectes positius en la salut física i psíquica d'aquest col·lectiu.

Calendari
Les classes tindran lloc cada **dimarts**, de març a juny d'enguany.
Hi haurà dos grups:
- el grup 1, de 9.45 h a 10.45 h, i
- el grup 2, d'11 h a 12 h.

Les places són limitades i l'Ajuntament es reserva el dret a anul·lar el taller si no hi ha un mínim de persones inscrites.

Preu taller: 20 €

Informació i inscripcions
Centre Municipal de Serveis Socials
Edifici Velcro, C/ d'Enric Granados, 5
De dilluns a divendres de 9 h a 14 h
Telèfon: 93 797 04 86 (Serveis Socials) i 93 797 49 00, ext. 600 (Ajuntament)

Argentona, 19 de febrer de 2010.