



Ajuntament d'Argentona

Projecte *Si sortim, millorem*

Nova edició del taller de microgimnàstica per a majors de 65 anys, de setembre a desembre.

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**.

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**, durant l'últim trimestre de l'any. La primera sessió es durà a terme el **14 de setembre**. Les inscripcions ja estan obertes.

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

Preu taller: 20 € / 1 dia per setmana.

Informació i inscripcions

Serveis Socials d'Atenció Primària
C/ de Ramon Par, 1, segon pis
De dilluns a divendres de 9 h a 14 h
Telèfon: 93 797 49 00, ext. 600

Argentona, 26 d'agost de 2010.