

Activitats que oferim

Aules de Majors

Les aules de majors tenen una duració determinada en el curs acadèmic que és de setembre a juny

Les activitats són les següents:

- Gimnàstica
- Ball
- Ioga
- Dibuix i pintura
- Història
- Manualitats
- Informàtica
- Noves tecnologies

Tallers

Els tallers tenen una duració determinada, o fins i tot alguns s'imparteixen de manera permanent i es duen a terme en la seva gran majoria en els centres de majors.

Els tallers són els següents:

- Gimnàstica (Mestresses de casa) Permanent
- Ioga (Zona Alta) Permanent
- Marxa Nòrdica 1 grup permanent
- Història de l'art i art plàstiques
- Sevillanes
- Escriptura creativa
- Psicologia
- Maneig de mòbil
- Mindfulness
- Estimulació cognitiva

Xarrades

En diferents centres de majors es programen xarrades que considerem d'interès per a la població major de 60 anys, entre aquestes xarrades estan les següents:

- Policia (Ciber seguretat)
- Medi ambient (Gestió de recursos)
- Salut (Alimentació sana, Onades de calor)
- Primers auxilis
- Etc

Dinamització

En diferents centres de majors es programen una dinamització tots els caps de setmana, aquesta es duu a terme en els següents centres de majors:

- Oliver
- Zona Nord
- Plaza

