

Actividades que ofrecemos

Aulas de Mayores

La aulas de mayores tienen una duración determinada en el curso académico que es de septiembre a junio

Las actividades son las siguientes:

- Gimnasia
- Baile
- Yoga
- Dibujo y pintura
- Historia
- Manualidades
- Informática
- Nuevas tecnologías

Talleres

Los talleres tienen una duración determinada, o incluso algunos se imparten de forma permanente y se llevan a cabo en su gran mayoría en los centros de mayores. Los talleres son los siguientes

- Gimnasia (Amas de casa) Permanente
- Yoga (Zona Alta) Permanente
- Marcha Nórdica 1 grupo permanente
- Historia del arte y arte plásticas
- Sevillanas
- Escritura creativa
- Psicología
- Manejo de móvil
- Mindfulness
- Estimulación cognitiva

Charlas

En distintos centros de mayores se programan charlas que consideramos de interés para la población mayor de 60 años, entre estas charlas están las siguientes:

- Policía (Ciber seguridad)
- Medio ambiente (Gestión de recursos)
- Salud (Alimentación sana, Olas de calor)
- Primeros auxilios
- Etc

Dinamización

En distintos centros de mayores se programan una dinamización todos los fines de semana, esta se lleva a cabo en los siguientes centros de mayores:

- Oliver
- Zona Norte
- Plaza

