

JORNADA INFORMATIVA

ENVEJECIMIENTO ACTIVO SALUDABLE Y PARTICIPATIVO

Conoce tus opciones, mantente activo, **EJERCITA TU CUERPO, REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA A TUS CIRCUNSTANCIAS**, disfruta de la vida en compañía, de forma segura y divertida



MONTEMAYOR DE PILILLA

Día: **miércoles 20 de octubre de 2021**

Hora: **17:30**

Lugar: **Centro de los Jubilados**

Es tu **oportunidad**, acude a la Jornada Informativa. Participa en la primera **actividad de iniciación en la que realizaremos EJERCICIOS DE MOVIMIENTO Y RELAJACIÓN adaptados.**

En la sesión acordaremos horario, días y lugar de impartición del taller (20h).

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES: TLF. 638 97 50 32 (Ana)

AFORO LIMITADO: las plazas se adjudicarán por orden de inscripción.

Medidas de seguridad COVID 19:

- Uso obligatorio de mascarilla.
- Aforo limitado.
- Dispensadores de gel hidroalcohólico

Fundación Padrinos de la Vejez

www.fundacionpadrinosdelavejez.es

Servicios de acompañamiento con salud y positividad en el envejecimiento. Envejeviviendo

Colabora:

Solidaridad
InterGeneracional

GOAG

Financia:



FOR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Realiza:

