



Programa de manteniment i salut per a la gent gran

Curs 2023-24



AJUNTAMENT DE SÚRIA



Diputació
Barcelona

Anem a moure'ns

El programa 'Anem a moure'ns' és una activitat gratuïta que consisteix en sessions setmanals d'exercicis per reforçar les capacitats físiques, de coordinació i comunicacionals de la gent gran de la vila.

- ▶ **CALENDARI DE LES SESSIONS:** del 16 d'octubre de 2023 al 13 de juny de 2024.
- ▶ **HORARI:** de 9.30 a 10.30 h.
 - **GRUP A:** dilluns i dimecres feiners.
 - **GRUP B:** dimarts i dijous feiners.
- ▶ **LLOC:** Pavelló Municipal d'Esports Josep Fàbrega i Tort.
- ▶ **CONDICIONS DE PARTICIPACIÓ:**
 - Persones a partir de 60 anys i residents al municipi de Súria.
 - Que es puguin desplaçar individualment per fer les activitats.
 - Sense dificultats greus de capacitat cognitiva.
 - Amb bona predisposició a participar en activitats de grup.
- ▶ **INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS:** àrea de Drets Socials (planta baixa de la Casa de la Vila), en horari d'atenció al públic.



BUTLLETA D'INSCRIPCIÓ

NOM DNI

ADREÇA

TELÈFON DATA DE NAIXEMENT

Súria, de de 2023

Grup A Grup B

SIGNATURA