



VIURE EN BENESTAR

Recurs de promoció del benestar emocional i la salut adreçat a persones majors de 60 anys

Promovem el teu benestar emocional per viure amb il·lusió i motivació el dia a dia.
Podràs millorar la teva salut de manera global i establir noves relacions socials.

Què trobaràs?

EQUIP



Equip de professionals liderat per una psicòloga, amb anys d'experiència treballant amb persones grans i en l'atenció centrada en la persona.

ACTIVITATS

Significatives i basades en les necessitats, preferències i història de vida de la persona. Gran varietat de continguts per afavorir una bona salut.

- ★ Reptes cognitius
- ★ Activitat física
- ★ Treball emocional
- ★ Creativitat
- ★ Expressivitat
- ★ Sortides culturals i de lleure
- ★ Noves tecnologies
- ★ Hàbits saludables com l'alimentació i la son

UBICACIÓ



Espai acollidor i no medicalitzat on es realitzen programes adreçats a altres col·lectius.

*Tots els programes de la Fundació tenen una quota mensual amb l'objectiu de garantir la sostenibilitat i qualitat dels mateixos.

Contacte

93 214 25 88 / impuls.social@fcatalunyalapedrera.com