

Taller envejecimiento activo y saludable para mayores y discapacitados

Escrito por pedro

Lunes, 13 de Junio de 2011 10:44 - Actualizado Lunes, 13 de Junio de 2011 10:55

taller

ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE
PARA MAYORES Y DISCAPACITADOS

16 y 17 de Junio

Lugar: Asoc. OSAH Española C/ Virgen de la Sevilla nº 36

Las distintas formas de envejecer no están determinadas ni prefijadas; y, aunque no podemos obviar que existen variables genéticas que juegan un papel importante en el envejecimiento, también el individuo es responsable, con sus acciones y comportamientos a lo largo de su vida, de que su envejecimiento sea más o menos satisfactorio y libre de dependencia.

Taller de informática

Descubre los servicios que te ofrece internet, desde sacar tu cita con el médico, hacer compras en tu supermercado, también reservar tus entradas para el cine. Todos los servicios a tu alcance.

Taller de fisioterapia

No hay duda de que el ejercicio físico es una herramienta importante para un envejecimiento activo y saludable. De hecho, la práctica de alguna actividad de mantenimiento está orientada tanto a la prevención como al tratamiento de diferentes enfermedades.

Estimulación, relajación, autocuidado. ¡No te lo pierdas!

¿Dónde?

Estaremos en la Asoc. Osah, jueves 16 y viernes 17 de Junio de 10:00 a 12:00 horas

Más información: En el 952 333 888 (de lunes a viernes por la tarde), por email a: info@amadifi.net y en www.amadifi.net



Taller envejecimiento activo y saludable para mayores y discapacitados

Escrito por pedro

Lunes, 13 de Junio de 2011 10:44 - Actualizado Lunes, 13 de Junio de 2011 10:55
