

### **Re-Activa't Microgimnàstica**

Dimecres d'11 a 12.30 h

Sala Pal·làdius

### **Caminades d'Alta intensitat**

Dimarts al matí

Casal de la Gent Gran

### **Caminades de Baixa intensitat**

Dimecres de 16.30 a 17.30 h

Casal de la Gent Gran

### **Activa't (gimnàstica de manteniment)**

Dilluns, dimarts, dimecres i dijous 10 a 11 h

Zona Esportiva Municipal

### **Sardanes**

Dijous de 18 a 19 h

Castell

### **Zumba**

Dijous d'11 a 12 h

Sala Pal·làdius

### **Sevillanes**

Dijous de 17.45 a 18.45 h

Sala Pal·làdius

### **Balls de Saló**

Dijous de 18.45 a 19.45 h

Sala Pal·làdius

### **Balls en línia**

Dissabte de 10 a 13 h

Escola La Garalda

## **ESPAIS OBERTS**

### **Dòmino**

### **Petanca**

### **Bitlles catalanes**

### **Lectura de premsa**



## **Programa d'activitats per a la Gent Gran**

### **CURS 2024-25**



 **Ajuntament  
de Pallejà**

 **gent  
gran  
de pallejà**

Associació de la Gent Gran de Pallejà

#### **Inscripcions:**

- Del 9 al 20 de setembre al Casal de la Gent Gran.
- Inici dels tallers a partir del dimarts 1 d'octubre.

Per a més informació:

Casal de la Gent Gran. C/ Pau Claris, 36

Tel. 93 663 19 35

Amb el suport de:



### **Aprenentatges bàsics (castellà i matemàtiques)**

Dilluns de 15 a 16.30 h  
Casal de la Gent Gran

### **Anglès Nivell mitjà i alt**

Dimarts de 17.30 a 19 h  
Casal de la Gent Gran

### **Iniciació a l'anglès**

Divendres de 10 a 11.30 h  
Casal de la Gent Gran

### **Xerrem (Català amb els xerpes del Castell)**

Dimecres de 10 a 11.30 h  
Castell

### **Fusteria**

Dimarts de 16.30 a 17.30 h  
Casal de la Gent Gran

### **Labors**

Dimarts de 10 a 11.30 h  
Casal de la Gent Gran

### **Costura**

Divendres de 15 a 16.30 h  
Casal de la Gent Gran

### **Informàtica**

Dimecres d'11.30 a 13 o de 17 a 18.30 h  
Casal de la Gent Gran

### **Expressió corporal i Teatre**

Dimecres de 18 a 19.30 h  
Casal de la Gent Gran

### **VIURE (Mensual)**

Dijous de 10 a 11.30 h  
Casal de la Gent Gran

# NOVETATS

### **Un cafè amb l'alcaldeessa**

Un divendres al mes de 10 a 11.30 h

### **Activitats culturals**

Organitzarem, durant el curs, diferents sortides a museus, teatres, exposicions, farem visites guiades...

### **Taller de ràdio**

Dilluns de 10 a 11.30 h  
Casal de la Gent Gran

### **Punt d'atenció a la persona pensionista jubilada**

Un divendres al mes  
Casal de la Gent Gran

### **Píndoles de mòbil i noves tecnologies**

Un divendres al mes de 15 a 16.30 h  
Casal de la Gent Gran

### **Fem Salut (Professionals del CAP)**

Un dijous al mes de 10 a 11.30 h  
Casal de la Gent Gran

### **Estimulació Cognitiva (Itinerari personalitzat)**

Dimarts, dijous i divendres d'11.30 a 13 h  
Casal de la Gent Gran

### **Esmorzar i Bingo amb la Fundació Ana Ribot**

Activitat trimestral  
Casal de la Gent Gran i Fundació Ana Ribot

### **Art i Creativitat**

Dijous de 15 a 16.30 h  
Casal de la Gent Gran

### **Reminiscència**

Dilluns d'11.30 a 13 h  
Casal de la Gent Gran

