

# MATINALS de BENESTAR

Gent Gran  
Activa



## Espai per a persones + 60 anys

- Emocions
- Autoestima
- Cura
- Autonomia
- Salut
- Entorns

### **SESSIONS SETMANALS: dilluns de 10.00 a 11.30h**

Sessions dinamitzades per professionals de la psicologia, la nutrició i la salut.

Lloc: *Sala de reunions del Local Social*

Periode: del 7 novembre de 2022 al 30 gener 2023

Inscripcions: Ajuntament / Consultori.