AGOST 2025

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
28	29	30	31	1	2	3
4	5 10H XERRADA "PARLEM DE LA SALUT ORAL"	6 10H. CLASSE DE CHIKUNG - TAICHÍ	7 10H. CINEFÒRUM →	8 SECÀ DE SANT PERE Centre Sènior del Secà de Sant Pere (Plaça Sant Pere, 3)		10
11	12 10H. XERRADA "FARMACIOLA D'EMERGÈNCIA, QUÈ CAL TENIR A CASA?"	13 10H. TALLER DE CUINA	14 10H XERRADA "LA TEVA SALUT AL PLAT" →	15 PARDINYES Centre Sènior de Pardinyes (C/ Sant Pere Claver, 1)		17
18	19 10H. XERRADA "ABORDATGE INTEGRAL DE L'ALIMENTACIÓ SALUDABLE"	20 10H. XERRADA "QUÈ ÉS EL PARKINSON I QUÈ FEM DES DE L'ASSOCIACIÓ?"	21	22	23	24
25	26 10H. TALLER DE MINDFULNESS	27 10H. XERRADA "CANVI CLIMÀTIC"	28	29	30	31

↓ DIMARTS: Centre Sènior de Santa Teresina (C/Pica d'Estats, 4)

↓ DIMECRES: Centre Sènior de Mariola (C/ Artur Mor, 1)

Hola

Una oportunitat per relacionar-te i aprendre

Programa "VIVIM L'ESTIU!"

TOTES LES ACTIVITATS SÓN GRATUÏTES

Per a més informació, truqueu al:
649 39 31 70
682 61 90 68

Sempre Acompanyats

Programa de Gent Gran

SETMANA 1

Dimarts 5

10H. XERRADA "PARLEM DE LA SALUT ORAL"
A càrrec de Montserrat Roure (EAP Eixample) i Olga Ros (EAP Bordeta-Magraners)
Centre Sènior de Santa Teresina

Dimecres 6

10H. CLASSE DE CHIKUNG - TAICHÍ
A càrrec de Montse Ruiz
Centre Sènior de Mariola

Dijous 7

10H. CINEFÒRUM " EL INCONVENIENTE"
Seguit de la tertúlia corresponent.
Centre Sènior del Secà de Sant Pere

SETMANA 2

Dimarts 12

10H. XERRADA "FARMACIOLA D'EMERGÈNCIA QUÈ CAL TENIR A CASA?"
A càrrec d'Elena Garcia (Infermera Comunitària de l'EAP Eixample)
Centre Sènior de Santa Teresina

Dimecres 13

10H. TALLER DE CUINA: "RECEPTES FRESQUES. AMANIDES D'ESTIU".
A càrrec d' Alejandro Dibasson.
Centre Sènior de Mariola

Dijous 14

10H. XERRADA "LA TEVA SALUT AL PLAT"
A càrrec de Ricard Recasens (nutricionista de Creu Roja)
Centre Sènior de Pardinyes

SETMANA 3

Dimarts 19

10H. XERRADA "ABORDATGE INTEGRAL DE L'ALIMENTACIÓ SALUDABLE"
A càrrec de Ricard Recasens (nutricionista de Creu Roja)
Centre Sènior de Santa Teresina

Dimecres 20

10H. XERRADA "QUÈ ÉS EL PARKINSON I QUÈ FEM DES DE L'ASSOCIACIÓ?"
A càrrec de Jesús Mur, president de l'Associació Parkinson de les Terres de Lleida
Centre Sènior de Mariola

SETMANA 4

Dimarts 26

10H. TALLER DE MINDFULNESS
A càrrec de Solange (voluntària del Programa Sempre Acompanyats)
Centre Sènior de Santa Teresina

Dimecres 27

10H. XERRADA "CANVI CLIMÀTIC"
A càrrec de Josep Maria Cuadrat (catedràtic de geografia per la Universitat de Zaragoza)
Centre Sènior de Mariola

Volem agrair a totes les persones que, amb la seva col·laboració, il·lusió i esforç, fan realitat el "Vivim l'estiu!"; un espai per compartir, aprendre i fer comunitat.

Les entitats que organitzen el projecte "Vivim l'estiu!" es reserven el dret de canviar la programació davant d'alguna anul·lació i/o imprevist.

Fundació "la Caixa"

Creu Roja

LA PAERIA
Ajuntament de Lleida