



TALLER
ADREÇAT A
PERSONES
GRANS

CUIDA'T PER A UN ENVELLIMENT SALUDABLE

Data:

Horari:

Lloc:

Adreça:

Aprendreu consells pràctics per **planificar i preparar àpats saludables**.

Rebreu recomanacions per tenir una **vida socialment activa**.

Us facilitaran propostes per incorporar l'**activitat física** a la vida quotidiana.

Aprendreu a identificar els riscos més comuns per **prevenir caigudes**.

 **Informació i inscripcions:**



**Diputació
Barcelona**