

## Cartell “Cuida’t per a un envelliment saludable”

L’activitat “Cuida’t per a un envelliment saludable” és un dels tallers del Catàleg d’activitats d’educació per a la salut que oferim des del Servei de Salut Pública de la Diputació de Barcelona. Aquest taller pretén promoure un envelliment actiu i saludable per gaudir d’una millor qualitat de vida i ajudar a mantenir l’autonomia.

Amb l’objectiu de facilitar la difusió d’aquest taller a la ciutadania, a banda d’oferir-vos el cartell editable en format PDF, també l’hem adaptat perquè en pugueu fer difusió a través de les xarxes socials del vostre ajuntament i arribar així a més persones.

Us fem arribar algunes recomanacions i una proposta de text perquè us sigui més fàcil compartir-lo a través dels vostres canals.

Seria recomanable que treballeu conjuntament amb l’equip de comunicació.

### Recomanacions

---

- **Personalitzeu la diapositiva del PowerPoint:**
  - Incorporar les dades del taller (data, horari, lloc, adreça).
  - Afegir el logotip de l’ajuntament a l’espai reservat, al costat del logotip de la Diba.
  - Convertir el PowerPoint en imatge: Anomena i desa el fitxer en format JPEG o PNG.



- **Proposta de text per afegir al post:**

Aprèn a cuidar-te per envellir de manera saludable!

Amb aquest taller aprendràs a planificar i cuinar àpats saludables, estratègies per prevenir caigudes, tenir una vida social activa i incorporar l’activitat física al dia a dia.

Inscriu-t’hi

#SalutDiba #som311