

PROGRAMA DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO DE MEDIANA DE ARAGON

Fecha: 10/02/2022

BINGO MUSICAL

Una manera diferente y divertida de disfrutar del bingo: esta vez los cartones no están repletos de números, sino de canciones...

HORA: 17H A 18.30H.

LUGAR: LOCAL DE AMAS DE CASA

Fecha: 17/02/2022

AFRONTAMIENTO DE LA SOLEDAD

Vivimos más años y con más calidad, donde el sentimiento de soledad puede verse incrementado en distintos momentos vitales. Por ejemplo, cuando los hijos abandonan el hogar, se pierde a la pareja o fallecen amigos, así como tras la jubilación. En este taller se pretende plasmar y analizar esta situación, además de mostrar las principales estrategias para una adecuada adaptación en la forma de vida junto con hábitos saludables a poner en práctica.

**DIRIGIDO A HOMBRES Y MUJERES
MAYORES DE 55 AÑOS
DE MEDIANA DE ARAGON**

Fecha: 24/02/2022

TANGRAM (ROMPECABEZAS)

Una manera original y diferente de estimular la cognición acercándonos a la cultura oriental, a través de esta actividad milenaria en la cual los asistentes podrán disfrutar y “devanarse los sesos” en un juego de simetría y reflexión.



Comarca Central



atenzia



**GOBIERNO
DE ARAGON**