

# Programa de Promoción de HÁBITOS SALUDABLES

## depende de *ti*

**PRIORITARIAMENTE  
PERSONAS DE 60  
Y MÁS AÑOS**

Municipio: \_\_\_\_\_

Sesión de presentación e inscripción\*. A cargo del personal de Animación Comunitaria del CEAS.

Día: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_ Lugar: \_\_\_\_\_

\* Para iniciar el programa será necesaria la inscripción de al menos 6 personas, la mitad de las cuales deberán ser mayores de sesenta años.

**2022**

Gimnasia / Yoga / Taichí  
Uso fácil de dispositivos móviles  
Entrenamiento de la memoria  
Memoria colectiva: Paseo saludable

**2023**

Gimnasia / Yoga / Taichí  
Inteligencia emocional  
Juegos de habilidades psicomotrices  
Memoria colectiva: Paseo saludable

Área de Bienestar Social. Servicio de Animación Comunitaria de los CEAS de la Diputación de Salamanca.