

# Programa de Promoción de HÁBITOS SALUDABLES

## depende de *ti*

**PRIORITARIAMENTE  
PERSONAS DE 60  
Y MÁS AÑOS**

Municipio:

**SAN CRISTÓBAL DE LA CUESTA**

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

Día: **17 DE JUNIO**

Hora: **11:00**

Lugar:

**BIBLIOTECA**

\* 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.