

# Programa de Promoción de HÁBITOS SALUDABLES

## depende de *ti*

**PRIORITARIAMENTE  
PERSONAS DE 60  
Y MÁS AÑOS**



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

Día: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_ Lugar: **CENTRO CULTURAL**

**2024**

**2025**

- ❖ Actividad Física: Gimnasia / Yoga.
- ❖ Taller de Entrenamiento de la Memoria.
- ❖ Taller de Inteligencia Emocional.
- ❖ Taller para el desarrollo de estrategias para una buena Salud Mental.

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