

ACTIVITATS PERIÒDIQUES

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
	8:45 - 9:45 Txikung* Punt de trobada	11:00 Vivències Ràdio Caldes	9:00 - 11:00 Marxa nòrdica Cases dels mestres	
	11:15 - 12:30 Gimnàstica suau Punt de trobada	11:15 - 12:30 Música i moviment Punt de trobada	11:00 - 12:00 Activitat al parc Parc de l'estació	11:15 - 12:30 Gimnàstica suau Punt de trobada
16:00 - 17:00 Tallers educació socio sanitària Hospital de dia				
16:15 - 18:15 Descobrim món Punt de trobada	16:15 - 18:15 Juguem Punt de trobada	16:15 - 18:15 Fem pinya Punt de trobada	16:15 - 18:15 Som artistes Punt de trobada	16:15 - 18:15 Vine a la festa! Punt de trobada
19:00 - 20:00 Girem el dilluns* Punt de trobada		19:00 - 20:00 Treball de força* Punt de trobada	19:00 - 20:00 Taitxi* Punt de trobada	

PREVENIM ELS EFECTES DE LA CALOR

Recomanacions



- **Beu molta aigua** encara que no tinguis set



- **Evita sortir al carrer** a les hores de més sol



- Al carrer, **protegeix-te:**
 - posa't un **barret**
 - vesteix amb **roba lleugera**
 - ves per l'**ombra**



93 865 49 94 · www.fss.cat



**SANTA
SUSANNA**

L'AGENDA

juny

CAMINEM  CUIDANT



**Si no estàs millorant la vida d'algú,
estàs perdent el temps.**

Will Smith



dilluns 1, 16:15 CONCURS DE PASTISSOS
de les famílies de residència i centre de dia
(Punt de trobada)



dilluns 1, 16:00 TALLER SOCIO SANITARI
“Conviure amb els meus canvis” amb la Mónica
Miguélez, neuropsicòloga (Hospital de dia)



dijous 4, 18:00 ACTIVITAT INTERGENERACIO-
NAL: passejada per conèixer la presó
(Sortida des de Les cases dels mestres)



divendres 5, 16:15 VINE A LA FESTA!
amb Música i Ritme (Punt de trobada)



dilluns 8, 16:00 TALLER SOCIO SANITARI
“Recomanacions per cuidar la memòria” amb la
Núria Anglès, t. ocupacional (Hospital de dia)



dilluns 8, 16:15 BALLS DE SALÓ amb el grup
de Lliçà (Punt de trobada)



divendres 12, 16:15 VINE A LA FESTA!
amb Balls i Danses (Punt de trobada)



dissabte 13, 11:00 MISSA (capella)



dilluns 15, 11:00 COM COMBATRE LA CALOR
amb la nutricionista del CAP de Caldes
(Les cases dels mestres)



dimecres 17, 11:15 SARDANES
amb la Colla de L'Esplai (Punt de trobada)



dilluns 15, 16:00 TALLER SOCIO SANITARI
“Com vull ser cuidat” amb l'Inma Barrachina,
treballadora social (Hospital de dia)



divendres 19, 16:15 CINEMA
contra la LGBTIfòbia (Punt de trobada)



dilluns 22, 16:00 TALLER SOCIO SANITARI
“Envellir amb ritme i energia” amb la Rosa Gui-
tart, metgessa (Hospital de dia)



dilluns 22, 16:15 REVETLLA DE SANT JOAN
amb el Grup d'animació (Punt de trobada)



divendres 26, 16:15 VINE A LA FESTA!
amb el Manel i l'Albert (Punt de trobada)



dissabte 27, 11:00 MISSA (capella)



dilluns 29, 16:00 TALLER SOCIO SANITARI
“Alimentació i salut planetària” amb en Jordi
Quintana, dietista (Hospital de dia)