

Programació d'estiu per a la gent gran

Anomenada Juliol a la Fresca, s'adreça a majors de 60 anys



Imatge d'arxiu d'unes participants en un taller per a gent gran | Alba Jussà

La regidoria de Salut i Ciutadania ha preparat per a aquest mes de juliol una programació d'**activitats** dirigides a **persones majors de 60 anys** i que s'han batejat com a **Juliol a la Fresca** i que inclou propostes de cuina, marxa nòrdica, música, tallers de memòria, lectura, noves tecnologies, meditació, cinema o rutes saludables. Aquesta programació comença un cop tancat el curs amb un balanç de 1.100 persones participant a les activitats dutes a terme.

Òscar Subirats, regidor de Salut i Ciutadania, ha aprofitat per explicar que els Casals Municipals de la Gent Gran han tingut una participació de 838 persones.

Subirats ha explicat que les activitats programades aquest mes "formen un programa de caire cultural, esportiu i d'oci, emmarcat en el **Pla d'envelliment actiu i saludable** de Reus, que s'adreça principalment al col·lectiu longeu de la ciutat i que impulsa accions vinculades a la salut física, psíquica i social de la persona, i que potencien les relacions socials entre els diferents col·lectius".

Sempre que l'activitat ho permeti, l'espai escollit serà a **l'aire lliure**, parcs i jardins de diferents zones i equipaments de la ciutat, per aprofitar el bon clima de l'estiu i visibilitzar el col·lectiu. Per relitzar aquestes activitats es col·labora amb els diferents departaments i tècniques d'altres regidories de l'Ajuntament, com els centres cívics, Solidaritat i cooperació, les Bibiloteques Municipals i Reus Cultura.

Consulteu aquí les novetats.



ESTIU 22

ACTIVITATS DE JULIOL A LA FRESCA

Dirigides a persones majors de 60 anys

DIMARTS 19
CUINES DEL MÓN
Beremar saludable
HORARI:18.30h a 20h
LLOC:Parc de Mas Carandell

DIMARTS 5, 12 i 19
MÚSICA ACTIVA!
Activar cos i ment
HORARI:10h a 11.30h
LLOC:C.C.Ponent

DIMECRES 6, 13 i 20
MARXA NÒRDICA
HORARI:9h a 10.30h
LLOC: a consultar

DIMARTS 12
FEM MEMÒRIA
"AQUELLS ESTIUS"
Altaveu:Grans Lectors
HORARI:10h a 11h
LLOC:Jardí Biblioteca X.Amorós

DIVENDRES 15
TASTET D'EXPERIÈNCIA 3D
Activitat intergeneracional
HORARI:10.30h a 11.30h
LLOC:C.C.Carme

DIJOURS 14
EL SENTIT DE LA VIDA
Club de Lectura
HORARI:10h a 11.30h
LLOC:Jardí Biblioteca X.Amorós
Obert a tots els públics

DIMECRES 13 i 20
CINEMA SOLIDARI A LA FRESCA
"También la lluvia" Iciar Bollain (2010)
"Francesca i l'amor" Alba Sotorra (2022)
HORARI:22h a 24h
LLOC:Jardí de la Casa Rull
Obert a tots els públics

DIJOURS 21
MEDITACIÓ EN MOVIMENT
Activitat avis i nets
HORARI:9.30h a 11h
LLOC:Jardí de la Casa Rull

DIMARTS 5, 12, 19 i 26
RUTES SALUDABLES
HORARI:19h a 20.30h
LLOC:a consultar

PLACES LIMITADES - ACTIVITATS GRATUÏTES

INSCRIPCIÓ: [HTTPS://INSCRIPCIONS.REUS.CAT](https://inscripciones.reus.cat)
TELÈFON ENVELLIMENT ACTIU: 699 89 59 78

 PERSONES GRANS DE REUS

 AJUNTAMENT DE REUS
Regidoria de Salut i Ciutadania

Cartell de la programació Foto: Cedida