

Horaris d'activitats per a persones amb DCA

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
9.30 - 10:30 <u>Gimnàstica de manteniment</u> Per: Olga Torra (Activitat de Pagament)	9.30 - 10:30 <u>Rehabilitació Cognitiva</u> Atenció, memòria, funcions executives. Per: Laura Castillo (Activitat de pagament)	10:30 - 12:00 <u>Art-Teràpia</u> Tècniques de pintura, collage, modelatge... Per: Carme Freixes (Activitat de pagament)	10:30 - 12:00 <u>Caminada</u> Per: Carme Freixes (Activitat de pagament)	10:30 - 12:00 <u>Club de lectura a la Biblioteca</u> Per: Laura Castillo (Activitat de pagament)
		12:00 - 13:30 <u>Moviment Vital</u> Consciència i moviment Per: Zoe Balasch (Activitat de pagament)		
		17:30 - 19:00 <u>Art-Teràpia</u> Tècniques de pintura, collage, modelatge... Per: Carme Freixes (Activitat de pagament)	19:00 - 20:00 <u>Cant Coral</u> Per: Xavier Cassanyes (Activitat de Pagament)	

Preus:

- 3 activitats de pagament o més: 30€ al mes
- 2 activitats de pagament: 20€ al mes
- 1 activitat de pagament: 15€ al mes

Activitats per a familiars i socis/sòcies col·laboradores

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

10:30 - 11:30

loga

Consciència i moviment

Per: Puri González

(Activitat gratuïta)

10:30 - 12:00

Caminada

Per: Dora Gassol

(Activitat gratuïta)

11:00 - 12:30

Dansa, consciència i moviment

Per: Zoe Balasch

(Activitat de pagament)

17:00 - 19:00

loga i Chi-Kung

Per: Puri González

(Activitat gratuïta)

19:00 - 20:00

Cant Coral

Per: Xavier Cassanyes

(Activitat de Pagament)

Preus:

- 2 activitats de pagament: 25€ al mes
- 1 activitat de pagament: 15€ al mes

TALLER PREVENTIU D'ESTIMULACIÓ COGNITIVA

ELS DIMARTS, DE 17:00 A 18:00, ES DURÀ A TERME UN TALLER PREVENTIU D'ESTIMULACIÓ COGNITIVA PER A PERSONES SENSE DCA QUE VULGUIN REFORÇAR LA MEMÒRIA, L'ATENCIÓ I LA CONCENTRACIÓ, SOBRETOT A PARTIR DE LA CINQUANTENA QUAN COMENCEM A PRESENTAR LAPSUS DE MEMÒRIA.

TAMBÉ ESTÀ INDICAT PER A PERSONES AMB SEQÜELES COGNITIVES DERIVADES DE LA COVID-19.

Anirà a càrrec de Laura Domingo, terapeuta ocupacional i màster en rehabilitació neuropsicològica i estimulació cognitiva per l'Institut Guttmann.

El preu és de 10,00 €/mes per a les sòcies i socis, i de 15,00 €/mes per a la resta de participants.

LES CAMINADES

Les caminades són d'una hora i mitja aproximadament i es faran dins el terme municipal d'Igualada.

El darrer dijous de cada mes, es farà una sortida fora del terme, es necessitaran algunes persones que puguin portar cotxe per al desplaçament.

Estan obertes a tothom.

Trobada al local: C/Piera, 24 Baixos, Igualada. A les 10:30 h.

Activitats mensuals (a càrrec d'Elvira Talló, voluntària de l'associació amb molta experiència en l'organització d'activitats culturals i debats)

- Els mesos senars es durà a terme una xerrada o conferència a finals de mes.
- Els mesos parells es durà a terme una sortida cultural a finals de mes.

Activitats trimestrals

- Una vegada per trimestre: Sessió de constel·lacions familiars a càrrec d'Artur Pinto (Coach sistèmic)

Nota:

- En els horaris d'obertura del local, les sòcies i socis podran accedir al mateix encara que no realitzin cap activitat. Tindran a la seva disposició una cafeteria, llibres, revistes, diaris, jocs de taula.