

**Apunta't al VIURE EN BENESTAR**

# És el teu moment!



**Tens més de 60 anys?**

**Millora el teu benestar emocional, fes salut i coneix noves persones.**

**Fundació**

**Catalunya**

**La Pedrera**

# VIURE EN BENESTAR

**Afavorim el benestar emocional i les relacions socials en persones majors de 60 anys.**

**Promovem el teu benestar emocional per viure amb il·lusió i motivació el dia a dia. Podràs millorar la teva salut i conèixer noves persones.**

**Fomentem un envelliment saludable i t'acompanyem en el teu projecte de vida.**

**Incidim en la salut de manera global a partir d'activitats dinamitzades per un equip de professionals càlid i proper, liderat per una psicòloga. Treballem en base a les necessitats, històries de vida i preferències de les persones que conformen el grup.**

**Tipus d'activitats** Emocionals, físiques, creatives, hàbits saludables, reptes cognitius, sortides d'oci i culturals i noves tecnologies.

**On?** Als Espais Socials de la Fundació, uns equipaments segurs, amplis i acollidors.

---

## **Espais Socials**

### **Barcelona-Montbau**

C/ Àngel Marquès, 14-18 - 934 280 577  
bcnmontbau@espaisfcatalunyalapedrera.org

### **Lleida**

C/ Riquer, 1 - 973 243 019  
lleida@espaisfcatalunyalapedrera.org

### **Mollerussa**

Avinguda del Canal, s/n - 973 602 323  
mollerussa@espaisfcatalunyalapedrera.org

**[www.fundaciocatalunya-lapedrera.cat](http://www.fundaciocatalunya-lapedrera.cat)**

