


Informació i Inscripcions

Esplai La Gresca
Ntra. Sra. dels Àngels 15 de Ripollet
Tel. 93 691 36 75
www.lagresca.org
esplai@lagresca.org

Horari: De dilluns a divendres de 10.00 h a 14.00 h.
Dimarts i dijous de 15.30 h a 17.30 h.

Com contactar?

93 6913675

605 660 537 



Cerdanyola - Ripollet

Entitat federada a:



Amb el suport de:



30 anys
CONSTRUÏT
SOMRIURES

Gent Gran a
La Gresca

A la flor de la vida

El projecte "A la flor de vida" vol aconseguir millorar la qualitat de vida de la gent gran del barri de Pont Vell-Tiana i Quatre Cantons, facilitant serveis i espais d'intercanvi socio-cultural, per alleugerir el sentiment de soledat i aïllament i, en conseqüència, evitar el deteriorament de la seva salut.

Tenim la idea d'impulsar una oferta plural d'activitats i tallers que estimulin la participació activa de les persones grans en la vida social, que promoguin les relacions interpersonals i de convivència de la gent gran en el seu entorn i amb la resta de col·lectius.

La nostra proposta pretén fomentar la participació de les persones, oferint oportunitats d'intercanvi, de cooperació i de voluntariat.

Activitats que ajudin a mantenir les habilitats físiques, cognitives i emocionals mitjançant activitats estimulatives i sobretot,

Fent una aposta sincera i real per a promoure l'estima en la gent gran.



Tallers i activitats setmanals

Organitzem un seguit d'activitats setmanals de ioga, meditació, lectoescriptura, català, anglès, memòria, treballs manuals i xerrades, entre d'altres.

- Dates: Del 2 d'octubre al 21 de juny
- Lloc: Centre Cívic Mancomunitat
- Horaris: segons calendari adjunt

- Preus: gratuït



Sortides trimestrals

Cada trimestre organitzem una sortida o visita cultural fora del municipi. La data, el lloc i el tipus de sortida es procura decidir de forma col·laborativa i en consens amb tot el grup participant.

- Preu: 5 € cada sortida



Connect@t

Ens atrevim amb les TIC apostant per l'aprenentatge i ús de les eines tecnològiques.

- Dates: Del 2 d'octubre al 21 de juny
- Lloc: Centre Cívic Mancomunitat
- Preu: 25 € mensuals

Colònies

L'experiència de marxar de colònies, de fer una escapada amb amics i amigues lluny de la rutina diària i enmig d'un entorn natural.

- Dates: 11 i 12 de maig
- Lloc: a determinar
- Preu: 45 €

Casal d'estiu

Activitats setmanals connectades amb l'entorn: excursions, piscina, platja..., Moments de gaudir en companyia.

- Dates: Del 25 de juny al 26 de juliol
- Lloc: centre cívic Mancomunitat
- Horari: dilluns i dimecres o dimarts i dimecres. Excursió setmanal
- Preus: 25 € o 50 €

