

BUTLLETÍ ONLINE

Butlletí setmanal del Casal Gent Gran de la Vall d'Hebron
SEGUEIX-NOS A LES NOSTRES XARXES SOCIALS:

Facebook : <https://www.facebook.com/cggvalldhebron>



Instagram : [@cggvalldhebron](https://www.instagram.com/cggvalldhebron)



Youtube: <https://www.youtube.com/channel/UCnDfBIRfKXA2OiXDK9q5oWg>



Del 25 al 31 de gener 2021

vol. 40

ENLLAÇOS D'INTERÈS

El canal Youtube dels casals de gent gran d'Horta-Guinardó: Gran Gent en Xarxa! Aquesta setmana passada repassem els vídeos:

El casal del Baix Guinardó ens presenta un vídeo amb la exposició de pintura a l'oli que han fet els seus usuaris i usuàries:

https://www.youtube.com/watch?v=vMgCDoFn-UI&ab_channel=GranGentenXarxaHorta-Guinard%C3%B3



Aquesta setmana al canal del Casal trobaràs un nou vídeo de com fer Hummun casolà. Deixem l'enllaç. Recorda que si t'agrada el contingut d'aquest canal només t'has de subscriure per rebre les notifikacions.

Com fer hummus casolà : https://www.youtube.com/watch?v=my_qzC_Q5_8&ab_channel=CasaldeGentGranValld%27Hebron

Benestar animal. Es posa en marxa una acció per a promoure l'adopció de gats per part de persones majors usuàries del programa Vincles BCN:

https://ajuntament.barcelona.cat/benestaranimal/es/noticia/promove-mos-la-adopcion-de-gatos-para-combatir-la-soledad-de-las-personas-mayores_1018295



ENTRETENIMENT



Vols recordar la música que s'escoltava a la ràdio als anys 50?
Us deixem un vídeo que recopila una hora de música dels anys 50, 60 i 70.
https://www.youtube.com/watch?v=s7q8FNMsdZk&ab_channel=Lam%C3%BAsicadelrecuerdo

ACTIVITATS

La fundació la caixa ofereix tallers gratuïts de forma virtual per via zoom i us convida a participar en activitats com amics lectors, viure bé sentir-se millor o la meva salut.

Si esteu interessats o interessades només us heu de posar en contacte amb el número gratuït 900 264 459

La Fundació "la Caixa" us convida a participar a les següents activitats on-line (a través de ZOOM)

SALUT I EXERCICI FÍSIC
EN FORMA!
IOGA I RELAXACIÓ

CULTURA
AMICS LECTORS
LA MÚSICA
FETA HISTÒRIA

BENESTAR EMOCIONAL
VIURE BÉ,
SENTIR-SE MILLOR
EINES I RECURSOS PER
AFRONTAR EL TEU DIA A DIA

ÚS DE LES TIC
VIDEOCONFERÈNCIES
WHATSAPP
COMPRAR PER INTERNET
LA MEVA SALUT

TALLERS ON-LINE
(de febrer a juny)

Truqueu i informeu-vos

ACTIVITATS GRATUÏTES - PLACES LIMITADES
INSCRIPCIONS AL TELÈFON GRATUÏT 900 264 459
Període d'inscripció: del 18 al 27 de gener
(de 10:00 a 18:00 h.)

Fundació "la Caixa" Amb la col·laboració de Ajuntament de Barcelona

La Fundació "la Caixa" us convida a participar a les següents activitats on-line (a través de ZOOM)

TALLERS ON-LINE
(de febrer a juny)

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS
AL TELÈFON GRATUÏT
900 264 459
del 18 al 27 de gener
(de 10:00 a 18:00 h.)

+60
PER INSCRIURE'S CAL SER
MAJORS DE 60 ANYS
PARTICIPACIÓ A UN MÀXIM DE
3 ACTIVITATS

REQUERIMENTS TÈCNICS

- DISPOSAR D'ORDINADOR O TAULETA (AMB CÀMERA, ALTAVEU I MICRÒFON INCORPORAT).
- O SMARTPHONE (TELÈFON INTEL·LIGENT).
- TENIR CONNEXIÓ A INTERNET.
- DISPOSAR D'UNA DIRECCIÓ DE CORREU ELECTRÒNIC (MAIL).

Fundació "la Caixa" Amb la col·laboració de Ajuntament de Barcelona

ACTIVITATS GRATUÏTES - PLACES LIMITADES

Casal Gent Gran Vall d'Hebron



*Per demanar cita prèvia pots trucar al 601 640 842 o al 93 428 73 37
o be enviar un correu electrònic a puntinformaciocggvh@gmail.com
El casal està obert de dilluns a divendres de 10h a 12h