

# Ajuntament de Castellar del Vallès

## Actualitat

### **Dilluns s'inicia un cicle de conferències sobre salut i qualitat de vida adreçades a la gent gran**

Dijous 24 de gener de 2008

*Pares, fills i néts. Com entendre'ns millor* és el títol de la conferència que inaugurarà dilluns el cicle *Salut i Qualitat de Vida*, adreçat a la gent gran.

L'Ajuntament de Castellar i Obra Social Caixa Sabadell organitzen aquest cicle, que inclou un total de quatre conferències. El cicle pretén proporcionar nous mètodes per afrontar amb una major qualitat de vida els diferents canvis en les persones i el seu entorn provocats per l'envelliment. Així, les conferències tenen per objectiu esdevenir una eina per resoldre algunes de les principals qüestions que preocupen a la gent gran. La primera de les sessions tindrà lloc dilluns, 28 de gener, a partir de les 17.00 hores a l'Arxiu d'Història de Castellar (carrer de la Mina, 9-11), i estarà conduïda per Maria Suller, psicòloga clínica. Durant la conferència, d'una hora i mitja de durada aproximadament, es pretén, entre d'altres objectius, dotar els assistents d'habilitats i estratègies per comunicar-se d'una manera satisfactòria amb les persones de l'entorn social i familiar. Les altres tres conferències que formen part del cicle *Salut i Qualitat de Vida* es titulen *Aprendre a gaudir*, *Interpretació i utilització dels somnis* i *Els secrets de la comunicació*, i tindran lloc els dilluns 25 de febrer, 31 de març i 28 d'abril, respectivament.

- [Avís legal](#)
- [Sobre el web](#)
- [Accessibilitat](#)
- [Mapa web](#)

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |  
Tel. 93 714 40 40