

Ajuntament de Castellar del Vallès

Actualitat

Més de 120 persones han assistit al cicle de conferències per a gent gran promogut per l'Ajuntament de la vila

Dimarts 29 d'abril de 2008

Prop de 125 persones han assistit al cicle de conferències que la Regidoria de Gent Gran ha promogut entre el 28 de gener i el 28 d'abril d'enguany. El cicle incloïa quatre conferències sobre salut i qualitat de vida cofinançades per l'Ajuntament de Castellar del Vallès i Obra Social Caixa Sabadell i una cinquena que van portar a terme tècnics de l'Institut Nacional de la Seguretat Social. Les conferències que tractaven diversos temes relacionats amb la salut i qualitat de vida tenien per objectiu 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, durant les sessions, que s'han caracteritzat per la seva interactivitat, s'han proporcionat als assistents diferents eines per resoldre algunes de les principals qüestions que preocupen a la gent gran. La primera de les sessions, que va tenir lloc el 28 de gener, portava per títol *Pares, fills i néts. Com entendre'ns millor*, i pretenia proporcionar habilitats i estratègies de comunicació amb les persones de l'entorn social i familiar. La segona conferència, *Aprendre a gaudir*, que es va celebrar el 25 de febrer, tenia per objectiu, entre d'altres, ensenyar a identificar i expressar les emocions, així com donar algunes estratègies de relaxació. El 31 de març es va donar resposta a algunes preguntes relacionades amb *la interpretació i utilització dels somnis*, mentre que la conferència que va tancar el cicle, ahir dilluns, 28 d'abril, tractava sobre *els secrets de la comunicació*. Aquest cicle també va incloure una conferència el 18 de febrer a càrrec de l'Institut Nacional de la Seguretat Social, que tractava sobre la revalorització de les pensions per a l'any 2008. Davant la bona acollida que han tingut les xerrades, la Regidoria ha decidit continuar amb aquest cicle de conferències, i ja se n'ha programat una altra per al proper dilluns 26 de maig. La xerrada se celebrarà al Casal Catalunya a partir de les 17 hores, tractarà sobre diferents temes relacionats amb l'estiu i anirà a càrrec dels Mossos d'Esquadra i l'Àrea Bàsica de Salut.

- [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