

ABRIL

MES DE LA VIDA ACTIVA!

2025

ÉS TEMPS DE MOURE'S

CAP LA SALUT

Vine a la propera activitat!

4 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT DE CONTROL POSTURAL

A la platja del Pont del Petroli

8 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT DE FORÇA

Parc urbà d'activitat física de Lloreda (plaça de Lloreda)

11 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT DE FORÇA

Parc urbà d'activitat física de Lloreda (plaça de Lloreda)

25 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT DE CONTROL POSTURAL

A la platja del Pont del Petroli

25 d'abril, de 9.30 a 12.30 h

MATINAL D'ACTIVITAT FÍSICA

Xerrada sobre l'exercici terapèutic, com crear un esmorzar saludable i com relaxar cos i ment.

Al Centre Cívic La Salut

26 d'abril, de 10 a 14 h

FESTA DE L'ACTIVITAT FÍSICA

Activitats per a tots els públics

A la plaça del President Tarradelles

30 d'abril, a les 10 h

CAMINADA POPULAR

Badalona Running-Fem Salut!

Sortida des del Pont del Petroli

Més informació al mostrador del
Centre d'Atenció Primària (CAP)
i també a badalona.cat



Inscripcions:



badalona.cat

Ho organitza:



Ajuntament de Badalona



Badalona
Serveis
Assistencials



Pla d'Activitat Física
Esport i Salut
Generalitat de Catalunya



Salut/ Institut Català de la Salut
Atenció Primària



ABRIL

MES DE LA VIDA ACTIVA!

2025

ÉS TEMPS DE MOURE'S

CAP MORERA-POMAR

Vine a la propera activitat!

27 de març, de 10 a 12 h
TASTET DE MARXA NÒRDICA
Sortida des del CAP

1 d'abril, de 10 a 11 h
ACTIVITAT ESTIRAMENTS
A la glorieta del parc de Ca l'Arnús

4 d'abril, a les 12 h
PARLEM DE PREVENCIÓ DE CAIGUDES
Al CAP

22 d'abril, de 10 a 11 h
ACTIVITAT ESTIRAMENTS
A la glorieta del parc de Ca l'Arnús

26 d'abril, de 10 a 14 h
FESTA DE L'ACTIVITAT FÍSICA
Activitats per a tots els públics
A la plaça del President Tarradellas

30 d'abril, a les 10 h
CAMINADA POPULAR
Badalona Running-Fem Salut!
Sortida des del Pont del Petroli

Més informació al mostrador del
Centre d'Atenció Primària (CAP)
i també a badalona.cat



Inscripcions:



badalona.cat

Ho organitza:



Ajuntament de Badalona



Salut/ Institut Català de la Salut
Atenció Primària



ABRIL

MES DE LA VIDA ACTIVA!

2025

ÉS TEMPS DE MOURE'S

CAP MARTÍ I JULIÀ

Vine a la propera activitat!

1 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT ESTIRAMENTS

A la glorieta del parc de Ca l'Arnús

9 d'abril, de 15 a 17 h

PARLEM DE PREVENCIÓ DE CAIGUDES

Al CAP

22 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT ESTIRAMENTS

A la glorieta del parc de Ca l'Arnús

26 d'abril, de 10 a 14 h

FESTA DE L'ACTIVITAT FÍSICA

Activitats per a tots els públics

A la plaça del President Tarradellas

30 d'abril, a les 10 h

CAMINADA POPULAR

Badalona Running-Fem Salut!

Sortida des del Pont del Petroli

Més informació al mostrador del
Centre d'Atenció Primària (CAP)
i també a badalona.cat



Inscripcions:



badalona.cat

Ho organitza:



Ajuntament de Badalona



Pla d'Activitat Física
Esport i Salut
Generalitat de Catalunya

Salut/

Institut Català de la Salut
Atenció Primària



ABRIL

MES DE LA VIDA ACTIVA!

2025

ÉS TEMPS DE MOURE'S

CAP APENINS-MONTIGALÀ

Vine a la propera activitat!

2 d'abril, de 17 a 19.30 h
TASTET DE MARXA NÒRDICA
Sortida des del CAP

8 d'abril, de 10 a 11 h
ACTIVITAT DE FORÇA
Al parc urbà d'activitat física de Lloreda
(plaça de Lloreda)

11 d'abril, de 10 a 11 h
ACTIVITAT DE FORÇA
Al parc urbà d'activitat física de Lloreda
(plaça de Lloreda)

24 D'ABRIL, A LES 17 h
CAMINADA FAMILIAR PER LA SERRALADA DE MARINA I BERENAR SALUDABLE
Sortida des del CAP

26 d'abril, de 10 a 14 h
FESTA DE L'ACTIVITAT FÍSICA
Activitats per a tots els públics
A la plaça del President Tarradellas

30 d'abril, a les 10 h
CAMINADA POPULAR
Badalona Running-Fem Salut!
Sortida des del Pont del Petroli

Més informació al mostrador del
Centre d'Atenció Primària (CAP)
i també a badalona.cat



Inscripcions:



badalona.cat

Ho organitza:



Ajuntament de Badalona



Pla d'Activitat Física
Esport i Salut
Generalitat de Catalunya

Salut/

Institut Català de la Salut
Atenció Primària



ABRIL

MES DE LA VIDA ACTIVA!

2025

ÉS TEMPS DE MOURE'S

CAP NOVA LLOREDA

Vine a la propera activitat!

4 d'abril, de 10.30 a 12 h

PARLEM DE PREVENCIÓ DE CAIGUDES

Al Casal Cívic i Comunitari de Nova Lloreda

8 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT DE FORÇA

Parc urbà d'activitat física de Lloreda (plaça de Lloreda)

11 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT DE FORÇA

Parc urbà d'activitat física de Lloreda (plaça de Lloreda)

24 d'abril, de 17 a 18 h

LA DONA ACTIVA: MENOPAUSA

Al Casal Cívic i Comunitari de Nova Lloreda

25 d'abril, de 10.30 a 12 h

PARLEM DE PREVENCIÓ DE CAIGUDES

Al Casal Cívic i Comunitari de Sant Crist

26 d'abril, de 10 a 14 h

FESTA DE L'ACTIVITAT FÍSICA

Activitats per a tots els públics

A la plaça del President Tarradellas

28 d'abril, de 9.30 a 12.30 h

GENERACIONS ACTIVES

Al Parc de Montigalà

29 d'abril, de 9.30 a 12.30 h

GENERACIONS ACTIVES

A la plaça de Dolores Ibàrruri Gómez - Passionària

30 d'abril, a les 10 h

CAMINADA POPULAR

Badalona Running-Fem Salut!

Sortida des del Pont del Petroli

Més informació al mostrador del Centre d'Atenció Primària (CAP) i també a badalona.cat

Inscripcions:



badalona.cat

Ho organitza:



Ajuntament de Badalona



Badalona
Serveis
Assistencials



Pla d'Activitat Física
Esport i Salut
Generalitat de Catalunya

Salut/

Institut Català de la Salut
Atenció Primària



intress



Generalitat de Catalunya
Departament de Drets Socials i Inclusió



Entitats esportives de Badalona

Taula Gent Gran Nova Lloreda

2025

ÉS TEMPS DE MOURE'S

CAP PROGRÉS-RAVAL

Vine a la propera activitat!

3 d'abril, d'11 a 12.30 h
PACIENT FRÀGIL I PREVENCIÓ DE CAIGUDES
A l'aula d'educació sanitària del CAP

4 d'abril, de 10 a 11 h
ACTIVITAT DE CONTROL POSTURAL
A la platja del Pont del Petroli

8 d'abril, d'11 a 12.30 h
SESSIÓ DE PILATES A LA PLATJA
A la platja del Pont del Petroli

11 d'abril, d'11 a 13 h
TASTET DE MARXA NÒRDICA
Trobada a la porta del CAP

24 d'abril, d'11 a 12.30 h
SESSIÓ DE PILATES A LA PLATJA
A la platja del Pont del Petroli

25 d'abril, de 10 a 11 h
ACTIVITAT DE CONTROL POSTURAL
A la platja del Pont del Petroli

26 d'abril, de 10 a 14 h
FESTA DE L'ACTIVITAT FÍSICA
Activitats per a tots els públics
A la plaça del President Tarradellas

30 d'abril, a les 10 h
CAMINADA POPULAR
Badalona Running-Fem Salut!
Sortida des del Pont del Petroli

Més informació al mostrador del
Centre d'Atenció Primària (CAP)
i també a badalona.cat

Inscripcions:



badalona.cat

Ho organitza:



Ajuntament de Badalona



Badalona
Serveis
Assistencials



Pla d'Activitat Física
Esport i Salut
Generalitat de Catalunya

Salut/

Institut Català de la Salut
Atenció Primària



ABRIL

MES DE LA VIDA ACTIVA!

2025

ÉS TEMPS DE MOURE'S

CAP DR. ROBERT

Vine a la propera activitat!

2 d'abril, de 9.30 a 11 h

IOGA ADAPTAT (CADIRA)

Aula d'educació sanitària del CAP

8 d'abril, de 10 a 11 h

TREBALLEM LA FORÇA

Sala de reunions del CAP

22 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT D'ESTIRAMENTS

A la glorieta del parc de Ca l'Arnús

25 d'abril, de 10 a 11 h

VINA A PROVAR ELS HIPOPRESSIUS

Aula d'educació sanitària del CAP

26 d'abril, de 10 a 14 h

FESTA DE L'ACTIVITAT FÍSICA

Activitats per a tots els públics

A la plaça del President Tarradelles

30 d'abril, a les 10 h

CAMINADA POPULAR

Badalona Running-Fem Salut!

Sortida des del Pont del Petroli

Més informació al mostrador del
Centre d'Atenció Primària (CAP)
i també a badalona.cat



Inscripcions:



badalona.cat

Ho organitza:



Ajuntament de Badalona



Badalona
Serveis
Assistencials



Pla d'Activitat Física
Esport i Salut
Generalitat
de Catalunya

Salut/

Institut Català de la Salut
Atenció Primària



ABRIL

MES DE LA VIDA ACTIVA!

2025

ÉS TEMPS DE MOURE'S

CAP GRAN SOL

Vine a la propera activitat!

4 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT DE CONTROL POSTURAL

A la platja del Pont del Petroli

8 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT DE FORÇA

Parc urbà d'activitat física de Lloreda (plaça de Lloreda)

11 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT DE FORÇA

Parc urbà d'activitat física de Lloreda (plaça de Lloreda)

25 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT DE CONTROL POSTURAL

A la platja del Pont del Petroli

25 d'abril, de 9.30 a 12.30 h

MATINAL D'ACTIVITAT FÍSICA

Xerrada sobre l'exercici terapèutic, com crear un esmorzar saludable i com relaxar cos i ment.

Al Centre Cívic La Salut

26 d'abril, de 10 a 14 h

FESTA DE L'ACTIVITAT FÍSICA

Activitats per a tots els públics

A la plaça del President Tarradellas

30 d'abril, a les 10 h

CAMINADA POPULAR

Badalona Running-Fem Salut!

Sortida des del Pont del Petroli

Més informació al mostrador del
Centre d'Atenció Primària (CAP)
i també a badalona.cat



Inscripcions:



badalona.cat

Ho organitza:



Ajuntament de Badalona



Pla d'Activitat Física
Esport i Salut
Generalitat de Catalunya

Salut/

Institut Català de la Salut
Atenció Primària



ABRIL

MES DE LA VIDA ACTIVA!

2025

ÉS TEMPS DE MOURE'S

CAP SANT ROC

Vine a la propera activitat!

2 d'abril, a les 10 h

APROPA'T A L'EXERCICI

Casal Cívic i Comunitari de Sant Roc

4 d'abril, de 10 a 11 h

ACTIVITAT DE CONTROL POSTURAL

Platja del Pont del Petroli

9 d'abril, a les 17 h

GIMCANA PELS PETITS DE LA CASA

A partir de 3 anys

Plaça Roja

25 d'abril, a les 11 h

MÉS MOVIMENT, MÉS VIDA

Plaça Roja

26 d'abril, de 10 a 14 h

FESTA DE L'ACTIVITAT FÍSICA

Activitats per a tots els públics

A la plaça del President Tarradellas

30 d'abril, a les 10 h

CAMINADA POPULAR

Badalona Running-Fem Salut!

Sortida des del Pont del Petroli

Més informació al mostrador del
Centre d'Atenció Primària (CAP)
i també a badalona.cat

Inscripcions:



badalona.cat

Ho organitza:



Ajuntament de Badalona



Pla d'Activitat Física
Esport i Salut
Generalitat de Catalunya



Institut Català de la Salut
Atenció Primària



Generalitat de Catalunya
Departament de Drets Socials i Inclusió