

SAMÍde

El Camí de Salut vol promoure la salut en entorns comunitaris proporcionant informació per **adoptar estils de vida que ens portin a envellir de forma saludable.**

Aquestes sessions estan **adreçades a persones d'edat avançada.**

Sessions informatives

**OCTUBRE
2025**

CICLE ARNÚS

Dijous, de 17 a 18.30 h

Centre Municipal Espais
C. d'Arnús, 66
Badalona

- 02/10 Rutines per dormir millor*
- 16/10 Musicoteràpia
- 30/10 Les etiquetes dels aliments: què ens diuen i com entendre-les

CICLE BOADA

Dijous, de 17 a 18.30 h

Casal Antònia Boada
C. de la Independència, 266 - Badalona

- 09/10 Musicoteràpia
- 16/10 Les etiquetes dels aliments: què ens diuen i com entendre-les
- 30/10 Rutines per dormir millor*

CICLE LA SALUT

Dijous, de 17 a 18.30 h

Centre Cívic La Salut
Av. del Marquès de Sant Mori, 180
Badalona

- 02/10 Musicoteràpia
- 09/10 Les etiquetes dels aliments: què ens diuen i com entendre-les
- 16/10 Rutines per dormir millor*

CICLE LLEFIÀ

Dimarts, de 17 a 18.30 h

AVV Sant Mori de Llefià
Ctra. Antiga de València, 60 A
Badalona

- 14/10 Musicoteràpia
- 21/10 Les etiquetes dels aliments: què ens diuen i com entendre-les
- 28/10 Rutines per dormir millor*

CICLE POMAR

Dimarts, de 17 a 18.30 h

Casal Cívic de Pomar
Av. de Terrassa, s/n
Badalona

- 07/10 Musicoteràpia
- 14/10 Les etiquetes dels aliments: què ens diuen i com entendre-les
- 21/10 Rutines per dormir millor*

Inscripcions al formulari <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc3pIF3sYK1OR9BbOvEBLGtTJashrgsSaKlxrsle6vRG1Qefg/>

També al **Whatsapp** 663 421 809
Per a més informació badalona.cat

*Activitat inclosa en el Mes de la salut mental i benestar emocional, promoguda per la Taula de Benestar Emocional de Badalona

Ho organitza



Ajuntament de Badalona



Institut Català de la Salut
Atenció Primària



Hi col·labora



Generalitat
de Catalunya



Taula de
BENESTAR
EMOCIONAL
de BADALONA

Fundació
Catalunya
La Pedrera