

Promoción del Desarrollo Personal y Emocional

Sesión Teórico-Práctica para  
Personas Mayores

**PRESENCIAL**

# ENVEJECIMIENTO SALUDABLE Y EXITOSO



**UMAPS**  
UNIDAD MUNICIPAL DE APOYO PSICOSOCIAL  
para personas mayores

## Contenidos

- Envejecimiento activo
- Hábitos saludables y autocuidado
- Metas personales
- Roles sociales

**Martes 30 de Noviembre**  
**11:00- 12:30 horas**

**Sala 2 del Centro Municipal  
Integrado Julián Sánchez  
“El Charro”**

**INSCRIPCIONES** de lunes a viernes de 10h a 13h

En el teléfono **GRATUITO 923 29 44 77**

**PLAZAS LIMITADAS.** Se asignarán por orden de inscripción hasta  
completar nº de plazas disponibles (15)



**Ayuntamiento  
de Salamanca**



**UNIVERSIDAD  
D SALAMANCA**