



**AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA**



**CENTRO SOCIOCULTURAL
— DE MAYORES —
EL PILAR**

C/ Guillem de Castro nº 38 - 46008 - Valencia
mayoreselpilar@valencia.es // 96 398 18 49

El **Centro Sociocultural de Mayores El Pilar** ha abierto sus puertas con el objetivo de promover la convivencia, fomentar un envejecimiento activo y saludable y contribuir al bienestar integral de las personas mayores.



ACTIVIDADES SOCIOCULTURALES

Taller de pintura y dibujo
Taller de manualidades
Visitas a museos

Club de lectura
Paseos saludables

ACTIVIDADES PROMOCIÓN DE LA SALUD

Curso estimulación de la memoria
Juegos de estimulación mental
Charlas sobre trastornos del sueño en personas mayores
Charlas sobre el envejecimiento saludable
Fragilidad y dependencia

ACTIVIDADES DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

Salud y bienestar psicológico
Tardes de cine. Los trastornos del desarrollo en el mundo del cine

ACTIVIDADES TECNOLÓGICAS

Talleres para el uso del teléfono móvil
Talleres para el uso de las nuevas tecnologías

OTRAS ACTIVIDADES

Charlas de la Policía: primeros auxilios, talleres sobre cómo prevenir delitos, seguridad en internet y detección de fraudes online, y prevención del maltrato a personas mayores

Talleres de los Bomberos sobre seguridad en el hogar

