



**Curso:**

## **CLAVES para una Vida Saludable y Participativa**

**Objetivos:**

Facilitar las Claves para el desarrollo de una Vida Saludable y Participativa

**Destinatarios/as**

- ❑ Personas mayores de 60 años
- ❑ Jóvenes Estudiantes de la Facultad de Educación

**Extensión del Curso:**

- VEINTE sesiones, una por semana
- Los Martes, de 6 a 8 de la tarde
- De Febrero a Mayo y de Octubre a Diciembre
- Lugares:
  - ❑ Bolunta – c/Ronda. Bilbao (16 sesiones)
  - ❑ Facultad Educación UPV/EHU (4 sesiones)

**Matriculación (plazas limitadas):**

- Días: A partir del 15 de enero
- Lugar: Sede Hartu emanak, calle Ronda, s/n, Bolunta – 3ª planta
- Precio: 20 euros (para todo el curso)
- Más Información: 94 4 15 51 14

**Colaboran**

**¿ Salud ?**

**¿ Soledad ?**

**¿ Sedentarismo ?**

**¿ Participación ?**

**¡ Tú decides !**

**Curso:**

## **CLAVES para una Vida Saludable y Participativa**

**Organizado por**





O s a s u n a ?

B a k a r d a d e a ?

S e d e n t a r i s m o a ?

P a r t e - h a r t z e a ?

Zeuk erabaki!

**Ikastaroa:**

***Bizitza osasungarria eta parte-hartzailea izateko***

Antolatzailea:



**Ikastaroa:**

***Bizitza osasungarria eta parte-hartzailea izateko GAKOAK***

**Helburuak:**

Bizitza osasungarria eta parte-hartzailea izateko gakoak ematea

**Hartzaileak**

- ❑ 60 urtetik gorako pertsonak
- ❑ Hezkuntza Fakultateko ikasle gazteak

**Ikastaroaren iraupena:**

- HOGEI saio, astean bat
- Astearteetan, 18:00etatik 20:00etara
- Otsailetik maiatzera eta urritik abendura
- Tokiak:
  - ❑ Bolunta – Erronda kalea. Bilbo (16 saio)
  - ❑ Hezkuntza Fakultatea UPV/EHU (4 saio)

**Matrikulazioa (plaza mugatuak):**

- Egunak: urtarrilaren 15etik aurrera
- Tokia: Hartu-emanak elkartearen egoitza, Erronda kalea z.g, Bolunta – 3. solairua
- Prezioa: 20 euro (ikastaro osoa)
- Informazio gehiago: 94 4 15 51 14

**Lankideak:**