



# forum 50-70

## 25 ANIVERSARIO

¡Te invitamos a  
conocernos!



# forum 50-70

## 25 ANIVERSARIO

ESTAMOS EN:

/

C/ Alberto Schommer 2  
Parroquia San Cristóbal  
VITORIA-GASTEIZ

**Telf: 945 158 780**



## ¿QUIENES SOMOS?

Somos un colectivo socio-cultural de personas mayores de 50 años, que deseamos permanecer activos y presentes en la sociedad.

## ¿QUÉ HACEMOS?

Organizamos charlas-coloquio semanales, tertulia literaria, gimnasia de mantenimiento, taller de estimulación cognitiva, el cuerpo es música, visitas culturales, excursiones, etc.

Facilitar ocasiones de encuentro, mantener nuestra mente activa y nuestro cuerpo ágil; participar en las actividades sociales y culturales que ofrece la zona sur de la ciudad.

### UBICACIÓN DE LOS TALLERES:

C/ Heraclio Fournier, 30  
VITORIA-GASTEIZ

**forum** 50-70  
25 ANIVERSARIO

¡Te esperamos!

## ACTIVIDADES APÚNTATE Y PARTICIPA.

### GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

/ **Lunes y viernes de 10.00 a 11.00h.** (Miércoles a concretar)

### TALLER DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

/ **Lunes, 1º grupo: de 16.45 a 18.00h /  
2º grupo: de 18.00 s 19.15 h**

### TERTULIA LITERARIA DIALÓGICA

/ **Miércoles de 17.30 a 19.00h.**

### CUERPO Y MÚSICA

/ **Jueves de 10.00 a 12.00h.**

### TALLER DE RELAJACIÓN

/ **Martes de 17.00 a 18.30h** \* (Del 8 de Octubre al 26 de Noviembre de 2.019)

### TALLER DE "AUTOESTIMA, CUIDA TU CUERPO CUIDANDO TU MENTE"

/ **Martes de 17.00 a 18.30h** (Del 11 de febrero al 31 de marzo de 2.020)

### CICLO DE CONFERENCIAS

/ "Festejando unidos el 25 aniversario del FORUM 50-70".

**Jueves de 17.00 a 18.30h.**

### INSCRIPCIONES DE SOCIOS Y TALLERES:

23 y 24 de Septiembre de 16 a 18 h.

En los salones de la parroquia San Ignacio C/los Molinos nº6.

