

# Taller grupal Hàbits Saludables

per a persones amb

Intel·ligència Límit /  
Discapacitat Intel·lectual

**Consells bàsics per millorar el nostre benestar:**

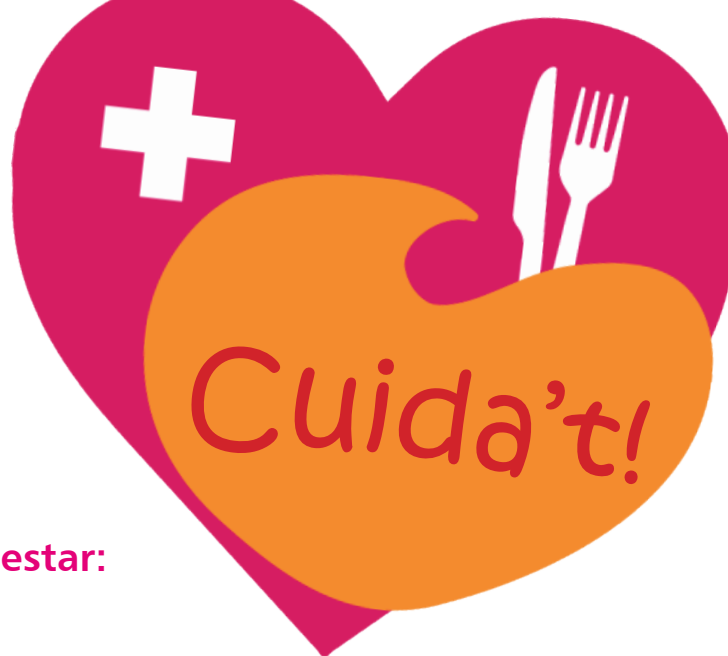
Aprendrem receptes de cuina  
boníssimes i saludables,  
tècniques de relaxació i  
exercicis físics bàsics  
per mantenir-nos en forma!

## Sessió 1

Dimecres 27 Novembre  
de 17:30 a 18:30h.

## Sessió 2

Dimecres 4 Desembre  
de 17:30 a 18:30h.



## Informació

### CPLA

(Centre de Psicologia i Logopèdia Acidh)  
Milà i Fontanals 64-68  
Baixos pati interior, 08014 - Barcelona  
psico.logo@acidh.org  
T 93 285 99 77, Ext 5

## Per Inscriure's

1. Omplir butlleta adjunta
2. Enviar la butlleta i justificant de pagament a  
psico.logo@acidh.org  
O entregar butlleta i diners a recepció d'acidh:  
c/ Milà i Fontanals 49.



Siracusa 53,  
08012 Barceclona  
T 93 285 99 77  
www.acidh.org

## INSCRIPCIO AL TALLER CUIDA'T!

NOM I COGNOMS: \_\_\_\_\_

NIF: \_\_\_\_\_

TELEFON: \_\_\_\_\_

Marca l'opció que més t'interessa:

INSCRIPCIO COMPLETA DELS 2 DIES (20€)

INSCRIPCIO AL TALLER:

Sessió 1 dia 27 de novembre (10€)

Sessió 2 dia 4 de desembre (10€)

**PAGAMENT:**

Pagament en efectiu a recepció

Ingrés al numero de compte:

ES93 2100 3003 5422 0063 6233

Concepte: CUIDA'T – (vostre nom)