

— AGENDA SÈNIOR D'ACTIVITATS

Del febrer al
juny del 2026



Ajuntament
del Masnou

Benvolguts veïns i veïnes,

És un plaer tornar-me a adreçar a vosaltres amb motiu d'una nova edició de l'agenda sènior, corresponent als primers mesos de 2026. Cada nova programació és una invitació a continuar compartint espais, moments i aprenentatges que enriqueixen la vida comunitària del nostre municipi.

Aquest any, l'agenda arriba amb una oferta molt variada, que posa en valor la vitalitat i la implicació de les persones grans del Masnou. Hi trobareu propostes que combinen cultura, salut, activitat física, coneixement i benestar emocional, així com iniciatives que ens connecten amb el nostre entorn marítim i amb la riquesa del port del Masnou, un espai que continua transformant-se i obrint noves oportunitats de descoberta.

Projectes com El Masnou Cuida mantenen el seu paper clau, i reforcen els vincles, l'acompanyament i l'atenció personalitzada per a totes aquelles persones que ho necessiten. És una mostra de la importància que donem, com a municipi, a construir una comunitat sensible, propera i cohesionada.

Amb aquesta agenda volem continuar fomentant un Masnou actiu, saludable i participatiu, on cadascú de vosaltres trobi propostes per mantenir-se connectat, aprendre, compartir i gaudir. La vostra trajectòria, experiència i mirada són imprescindibles per seguir avançant com a poble.

Us agraeixo, novament, la vostra energia i compromís, i us encoratjo a aprofitar totes les activitats que hem preparat amb dedicació.

Gaudiu de l'agenda.

*Jaume Oliveras i Maristany
Alcalde*



MANTENIR-NOS ACTIUS I NODRIR LA MENT

La nova agenda d'activitats per a sèniors us ofereix, un cop més, un ventall d'activitats ampli i propostes amb la finalitat de fomentar la relació entre persones, donar resposta a les noves demandes i inquietuds d'aquest col·lectiu, i continuar creant comunitat.

Les persones grans no són només un pilar fonamental del nostre municipi, sinó que a més constitueixen un col·lectiu actiu, divers i amb unes necessitats i interessos que evolucionen al mateix ritme que ho fa la nostra societat. És imprescindible reconèixer el seu paper actiu i donar-los espais i oportunitats per continuar creixent, participant i contribuint.

Des de la Regidoria de Gent Gran treballam amb un objectiu clar: oferir activitats que responguin a les seves demandes socials, físiques i cognitives, i fer-ho des de l'escolta i l'adaptació contínua. Els sèniors d'avui volen moure's, formar-se, relacionar-se, aprendre noves tecnologies, expressar-se, ocupar l'espai públic i mantenir un estil de vida actiu i saludable. A més, trobarem temps i energia per lluitar contra l'edatisme, una xacra silenciosa que ens relega, ens invisibilitza i ens despulla de la nostra vàlua, com a persones i com a col·lectiu. S'ha de combatre per promoure la igualtat i la justícia en totes les etapes de la vida.

L'envelliment actiu no és un eslògan: és una necessitat i un dret. Per això ampliem i diversifiquem l'oferta d'activitats, incorporant-hi programes que promouen la salut física, tallers de memòria i estimulació cognitiva, propostes culturals i de descoberta del territori, espais formatius en competències digitals, i trobades que reforcen els vincles socials. Sabem que aquest tipus d'activitats no només milloren el benestar individual, sinó que contribueixen a prevenir la solitud no desitjada i a reforçar la cohesió comunitària. Els sèniors no només tenen experiència i coneixement; també tenen energia, motivació i ganes de continuar participant en el projecte col·lectiu del nostre municipi. Reconèixer-ho i donar-hi resposta és construir una societat més justa, més inclusiva i més humana.

*Isabel Alfaro Hidalgo
Regidora de Gent Gran*



INSCRIPCIONS

El període d'inscripció s'obre el dia 26 de gener de 2026.

És imprescindible tenir 65 anys o més i constar al padró del Masnou. Cal inscripció prèvia per a totes les activitats, atès que les places són limitades, tret d'aquelles en què s'indiqui expressament que no és necessària la inscripció.

Us hi podeu preinscriure:

- A través del formulari del web municipal:
www.elmasnou.cat/temes/gent-gran.
- Trucant al 93 557 17 77.
- Presencialment a l'OAC.

Un cop feta la preinscripció i validada per l'Ajuntament, rebreu un correu electrònic per indicar-vos que disposeu de plaça o bé per informar-vos que us trobeu en llista d'espera. Disposeu fins al dia 6 de febrer de 2026 a les 14 h per fer, per compte propi, qualsevol modificació de les vostres respostes del formulari de preinscripció.

NORMATIVA D'INSCRIPCIÓ ALS TALLERS

Per garantir al màxim l'accés a les persones que estiguin interessades en els tallers, i atès que les places són limitades, la inscripció es regeix per ordre d'arribada i per la normativa següent:

1. Cada persona es pot preinscriure a tres activitats de l'agenda com a màxim. Tanmateix, la persona es pot preinscriure a la llista d'espera de la resta d'activitats i, en el cas que hi hagi vacants, s'hi podrà incorporar.
2. No es pot repetir un taller ja realitzat abans d'un any lectiu. Malgrat tot, la persona es pot preinscriure a la llista d'espera i, en el cas que hi hagi vacants, s'hi podrà incorporar. Els únics tallers en què no s'aplica aquesta normativa són el taller de memòria i el club d'escriptura.
3. Cal justificar les absències. Quan una persona inscrita s'absenta de tres sessions sense justificar-les, automàticament serà donada de baixa i s'hi incorporarà la primera persona que estigui en llista d'espera.

EL MASNOU CUIDA

El Masnou Cuida és el nom del projecte amb el qual volem continuar treballant per oferir un servei que reforci les relacions socials i la xarxa comunitària, per conèixer i acompanyar les persones grans que se senten soles o aïllades per mitjà d'una atenció individualitzada, i per millorar el seu benestar amb la implicació dels serveis municipals i comunitaris, casals, entitats, comerços i el veïnat.

Si hi vols participar o en vols saber més, truca al 93 557 17 77 o envia un correu a elmasnoucuida@elmasnou.cat.



El Masnou Cuida



VISITA AL PORT DEL MASNOU

Us convidem a conèixer el nou projecte Regeneració de biodiversitat Marina, del port del Masnou, a través d'una explicació seguida d'una visita pel port per descobrir com s'implementa i quina biodiversitat marina amaguen les aigües del port.

Accés de dues hores gratuïtes al pàrquing del port del Masnou (demaneu el tiquet en finalitzar el taller). Places limitades a divuit participants.

Lloc: Sala Masnou Blau
(local número 15 del port del Masnou)

Horari: “Durant el mes d’abril
(dia i hora pendents de confirmació)”

L'ART DE NAVEGAR

Viu una experiència educativa i immersiva que combina una xerrada introductòria sobre la navegació guiada a través d'alguns instruments de navegació antics, i una pel·lícula de realitat virtual que transporta els participants a una travessia nàutica i d'astronomia interactiva.

Accés de dues hores gratuïtes al pàrquing del port del Masnou (demaneu el tiquet en finalitzar el taller).

Trenta participants per grup. Places limitades.

LLOC: Sala Masnou Blau
(local número 15 del port del Masnou)
HORARI: Dijous 26 de febrer, d'11 a 12.30 h

TALLER D'OBSERVACIÓ DE CONSTEL·LACIONS

Observació, mitjançant telescopi, de les constel·lacions i astres principals del nostre cel (Orió, Gemini, Taurus, etc.). Apreneu a identificar-los, alhora que descobrireu les curiositats de la mitologia que amaguen.

Accés de dues hores gratuïtes al pàrquing del port del Masnou (demaneu el tiquet en finalitzar el taller).
Quinze participants per grup. Places limitades.

Lloc: Plaça d'Europa (port del Masnou)
Horari: Dijous 12 de març, de 19.30 a 21 h.

SORTIDES EN VELER

Sis participants per sortida. Places limitades.
Gaudiu de l'experiència d'una passejada en el veler Ikigai de la mà de Mar de Dins i veureu el Masnou des del mar.

LLOC: Plaça d'Europa (port del Masnou)
HORARI: De 10 a 13 h*
SORTIDES: 27 de febrer, 20 de març,
24 d'abril i 22 de maig.

**En funció del temps que faci i les necessitats de cada grup.*



BENESTAR I SALUT

ESCOLA DE SALUT

LLOC: CAP Ocata
DATA D'INICI: Febrer
FINALITZA: Maig

Entre deu i dotze sessions d'activitats relacionades amb la salut amb freqüència setmanal.

Les inscripcions es poden fer presencialment o telefònicament al CAP fins a finals de gener de 2026.

LLOC: CAP Masnou-Alella
DATA D'INICI: 12 de gener
FINALITZA: 31 de març

Un total d'onze sessions d'activitats setmanals relacionades amb la salut.

Per a més informació, us podeu adreçar al taulell del CAP Masnou-Alella o al vostre professional de salut.

CONSCIÈNCIA CORPORAL, BENESTAR EMOCIONAL

Taller dinàmic i participatiu per treballar la consciència i l'expressió corporals a través del riure, la música i el ball.

Taller continuat de tres mòduls, de tres sessions per mòdul.*

LLOC: Segona planta de Can Malet
HORARI: Els dimecres, d'11 a 12.30 h
SESSIONS: 11, 18 i 25 de març; 15, 22 i 29 d'abril;
13, 20 i 27 de maig; 3 i 10 de juny.

HO ORGANITZA: Projecte El Masnou Cuida
A CÀRREC DE: Pilar Martí i Cecília Àvila

**Atesa l'estructura i la continuïtat del taller, es recomana assistir, com a mínim, a un mòdul sencer, no pas a sessions puntuals de mòduls diferents.*

HIGIENE DEL SON

Taller dinàmic sobre la comprensió del son i les tècniques principals per poder conciliar-lo i regular-ne l'horari.

LLOC: CAP Ocata-Teià (sala de formacions)
DATA: Dilluns 23 de febrer
HORARI: De 16 a 17.30 h
HO ORGANITZA: Projecte El Masnou Cuida
A CÀRREC DE: Sheila Gallego (CAP Ocata)





“ENVELLIR AMB SENTIT: FER-SE GRAN AMB BENESTAR EMOCIONAL”

Una xerrada per comprendre els canvis emocionals de la vellesa i aprendre a gestionar-los amb consciència per afavorir el benestar i una vida plena.

LLOC: Segona planta de Can Malet
DATA: Divendres 27 de febrer
HORARI: De 9.30 a 11 h
HO ORGANITZA: Projecte El Masnou Cuida
A CÀRREC DE: Helena Hidalgo (CAP Masnou-Alella)

TALLER SOBRE NUTRICIÓ

Adreçat a tothom qui vol estar format i informat de les novetats sobre dietètica i nutrició.

LLOC: CAP Masnou-Alella
DATA: Dimecres 11 de març
HORARI: De 10 a 11.30 h
HO ORGANITZA: Projecte El Masnou Cuida
A CÀRREC DE: Clara Bretxa (CAP Masnou-Alella)

CINEFÒRUM: L'ESTIGMA EN LA SALUT MENTAL

Cinefòrum participatiu al voltant de l'estigma que pateixen les persones amb problemes de salut mental.

LLOC: CAP Ocata-Teià (sala de formacions)
DATA: Dilluns 16 de març
HORARI: De 16 a 17.30 h
HO ORGANITZA: Projecte El Masnou Cuida
A CÀRREC DE: Sheila Gallego (CAP Ocata)

DEATH CAFÈ

Com viviu la mort? En aquest espai de conversa oberta i sense judicis, compartirem reflexions sobre la mort com a part natural de la vida, per dissoldre pors i trencar tabús.

LLOC: Segona planta de Can Malet
DATA: Divendres 27 de març
HORARI: De 9.30 a 11 h
HO ORGANITZA: Projecte El Masnou Cuida
A CÀRREC DE: Helena Hidalgo (CAP Masnou-Alella)

PREVENCIÓ I RISC

XERRADA: “MILLOR PREVENIR QUE APAGAR”

Protecció Civil oferirà la informació necessària per saber com es pot prevenir un incendi a casa, així com què s'ha de fer en el cas que n'hi hagi un.

LLOC: Equipament els Masovers
DATA: Divendres 27 de març
HORARI: D'11 a 12.30 h
A CÀRREC DE: Protecció Civil

XERRADA: “CONSELLS DE SEGURETAT I HÀBITS DIGITALS SEGURS”

Membres dels Mossos d'Esquadra donaran consells de seguretat a l'hora de fer servir el mòbil, parlaran de com prevenir estafes per Internet, com realitzar compres segures i assessoraran per no tenir ensurts quan es fan servir les xarxes socials.

LLOC: Sala de les Lletres (Biblioteca)
DATA: Dilluns 13 d'abril
HORARI: De 10 a 11.30 h
A CÀRREC DE: Mossos d'Esquadra

COS I MENT

TALLER DE TXIKUNG

Conjunt de tècniques mil·lenàries xineses basades en la regulació del cos (postura i moviment), la respiració, i l'estat mental i emocional. Promouen la vitalitat, l'equilibri emocional i la serenitat.

LLOC: Parc del Llac
HORARI: Els dimarts, d'11.30 a 12.30 h
DATA D'INICI: 3 de març
FINALITZA: 2 de juny

LLOC: Plaça de l'Església
HORARI: Els dijous, d'11.30 a 12.30 h
DATA D'INICI: 5 de març
FINALITZA: 4 de juny

A CÀRREC DE: Jaume Sanclimens

TALLER DE REFORÇ DEL SÒL PELVIÀ

Exercicis per reforçar la musculatura lumbar i abdominal que ajuden a mantenir els òrgans interns al seu lloc. Indicats per a dones i homes, ajuden a prevenir patologies del tracte urinari, pròstata, recte, còlon i milloren la qualitat de la sexualitat.

LLOC: Sala Joan Comellas
HORARI: Els dijous, d'11 a 12 h
DATA D'INICI: 6 de març
FINALITZA: 12 de juny
A CÀRREC DE: Júlia Puiggròs



ACTIVITATS PER A GENT GRAN AL COMPLEX ESPORTIU DEL MASNOU

Programa esportiu de manteniment amb exercicis monitoritzats i dinamitzats per professionals de l'esport especialitzats en gent gran. S'ofereixen activitats físiques amb diferents nivells d'intensitat i ioga:

- ACTIVITAT FÍSICA SUAU:

Activitat de baixa intensitat per a la millora física general i el benestar mental, a partir d'exercicis suaus i estiraments dinàmics.

- ACTIVITAT FÍSICA INTENSA:

Activitat amb intervals d'intensitat en què s'introdueixen exercicis de resistència aeròbica i treball muscular de tot el cos.

- ACTIVITAT FÍSICA D'ALTA INTENSITAT:

Activitat amb intervals d'alta intensitat en què es treballen exercicis de resistència aeròbica i treball muscular de tot el cos.

- IOGA SUAU O INTENS:

Activitat amb exercicis adaptats en què es treballa per augmentar la flexibilitat, l'equilibri i el control sobre el propi cos i la respiració, i s'afavoreix la relaxació, la concentració i l'autoestima. La intensitat dels exercicis pot ser de nivell suau o nivell intens.

CONDICIONS D'ACCÉS AL PROGRAMA:

Les sessions seran al Complex Esportiu del Masnou, de l'1 d'octubre de 2025 al 19 de juny de 2026.

Cal tenir com a mínim 60 anys i constar al padró del Masnou.

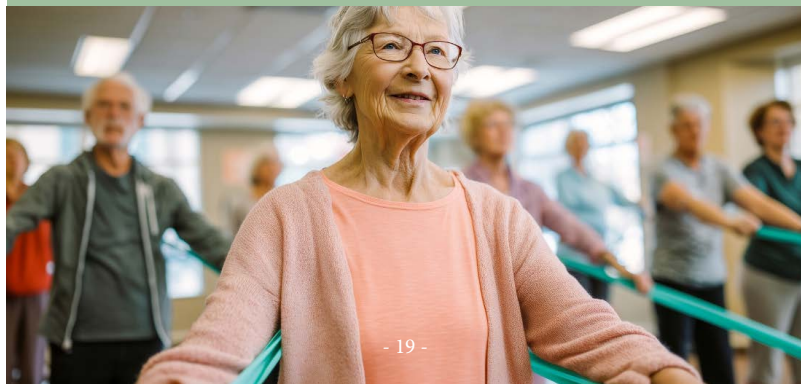
Es poden reservar fins a dues sessions setmanals:

- Al web esports.elmasnou.cat.
- Presencialment al Complex Esportiu del Masnou.
- Trucant al 93 55718 60.

Als casals de gent gran del municipi s'ofereix un programa esportiu d'activitat física suau per a persones amb problemes de mobilitat que no els permeten desplaçar-se fins al Complex Esportiu Municipal. Els horaris són els següents:

- Cal Ros: Els dimarts, d'11 a 12 h.
- Can Malet: Els dijous, de 10.30 a 11.30 h.
- Can Mandri: Els dijous, d'11.45 a 12.45 h.

Adreceu-vos al casal més proper per inscriure-us-hi i per a més informació.



ESTIMULACIÓ COGNITIVA

TALLER DE MEMÒRIA

L'estimulació cognitiva és un conjunt de tècniques i estratègies que estan orientades a millorar el rendiment i l'eficàcia de capacitats cognitives, com la memòria, l'atenció, el llenguatge, el raonament o la planificació, entre d'altres. L'objectiu principal de l'estimulació cognitiva és prevenir o contenir el deteriorament associat a l'edat que pateixen moltes persones.

Per a persones de 65 a 75 anys

LLOC: Equipament de Proximitat
Els Vienesos

HORARI: Els dimarts, d'11 a 12 h

DATA D'INICI: 3 de març

FINALITZA: 9 de juny

Per a persones de 76 anys en endavant

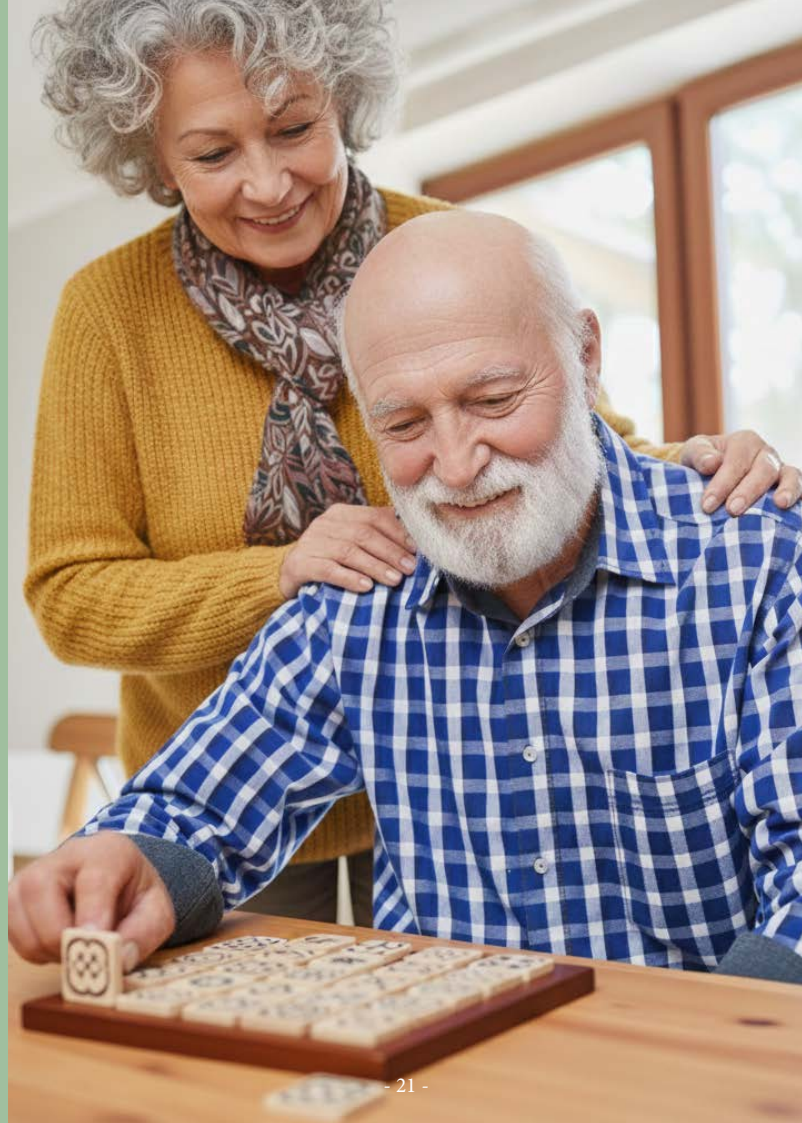
LLOC: Segona planta de Can Malet

HORARI: Els dimarts, de 9.45 a 10.45 h

DATA D'INICI: 3 de març

FINALITZA: 9 de juny

A CÀRREC DE: Owl Institute



CULTURA

TEATRE: *PENSIONISTAS*

Tres dones han enviudat a causa de la Covid-19. Sense gairebé recursos, es veuen obligades a compartir casa per subsistir i unir les seves escasses pensions. A partir d'aquesta situació dramàtica, neix una aventura divertida, plena de moments hilarants, malentesos i en què el telèfon i Internet es converteixen en el mitjà per fer realitat els seus somnis.

L'obra esdevé un cant a la vida i al poder de les dones que no renuncien a aconseguir allò que més desitgen. Però, aconseguiran complir els seus somnis?

LLOC: Teatre Apolo
DATA: Dissabte 23 de maig
HORARI: De 17 a 18.10 h
PREU: 21 €

PUNT DE SORTIDA DE L'AUTOCAR: Carrer de Manila, cantonada amb l'avinguda del President John F. Kennedy, a les 16 h.

Podeu adquirir les entrades presencialment a MyEntrada (Puerto Rico, 12, local B) del 27 al 30 d'abril, ambdós inclosos, en horari de 10 a 13 h i de 15 a 17 h. Només s'acceptaran inscripcions presencials i limitades a quatre inscripcions per persona.

Les places són limitades.

**IRMA
SORIANO**

**LORETO
VALVERDE**

**ROSA
BENITO**



PENSIONISTAS

UNA COMEDIA DE GABRIEL ESPARZA

VISITA A LA FUNDACIÓ JOAN MIRÓ

Visita guiada a la Fundació Joan Miró amb parada per dinar al restaurant Mescladís Lliure.

L'Ajuntament finança el desplaçament en autocar i el preu inclou el dinar.

LLOC: Barcelona
DATA: Dissabte 11 d'abril
HORARI: De 11.30 a 16 h
PREU: 37 €

PUNT DE SORTIDA DE L'AUTOCAR: Carrer de Manila, cantonada amb l'avinguda del President John F. Kennedy, a les 10.30 h.

Podeu adquirir les entrades a MyEntrada (Puerto Rico, 12, local B) del 9 al 12 de març, ambdós inclosos, en horari de 10 a 13 h i de 15 a 17 h. Només s'acceptaran inscripcions presencials i limitades a quatre inscripcions per persona.

Les places són limitades.

PREUS REDUÏTS PER A PERSONES SÈNIORS AL CINEMA LA CALÀNDRIA

El programa Cinema Sènior del Ministeri de Cultura facilita l'accés de les persones grans al cinema amb preus especials. Cada dilluns, les persones majors de 65 anys poden comprar les entrades a un preu de 2 euros.

Contacteu amb el cinema La Calàndria per sol·licitar més informació.



CINE SÈNIOR

Preu aplicable només a taquilla • Imprescindible presentar DNI

A PARTIR DEL 7 DE JULIOL

TOTS ELS DILLUNS A 2€

Per a majors de 65 anys!

CINEMA
LA CALÀNDRIA

— CONEIXEMENT —

APRENDRE PER APRENDRE: HISTÒRIA RECENT DE CATALUNYA A TRAVÉS DEL MASNOU

En aquesta píndola formativa us endinsareu en els darrers anys de la història del nostre país i del Masnou. Es repassaran els diferents factors socioeconòmics i culturals (indians, industrialització, Modernisme, migracions, etc.) que han configurat la nostra vila des del seu naixement fins a l'actualitat.

LLOC: Aula 5 del CFPAM,
(a la 1a planta de l'Edifici Centre)

DATA D'INICI: 24 de febrer

FINALITZA: 26 de maig

HORARI: Els dimarts, de 18 a 19.30 h

A CÀRREC DE: Marta Roig Lerones, llicenciada en Història de l'Art, en col·laboració amb el Centre de Formació de Persones Adultes del Masnou

El Centre de Formació de Persones Adultes del Masnou (CFPAM) té una oferta formativa molt interessant, que inclou, entre d'altres, noves tecnologies i idiomes. Està situat al carrer d'Itàlia, 50, 1a planta (Edifici Centre).

Per contactar-hi: 93 557 17 60 o cfpam@elmasnou.cat.



TALLER D'ESCRITURA CREATIVA

A través d'aquesta iniciativa es pretén fomentar l'hàbit de l'escriptura, la lectura, l'ús de la imaginació i el desenvolupament de la creativitat, així com fer visibles i compartir amb la societat les habilitats, els coneixements i els valors. Els relats escrits per les persones grans són el reflex de les nostres vides i del coneixement acumulat en anys d'experiències i també de com observem la nostra història i el nostre temps.

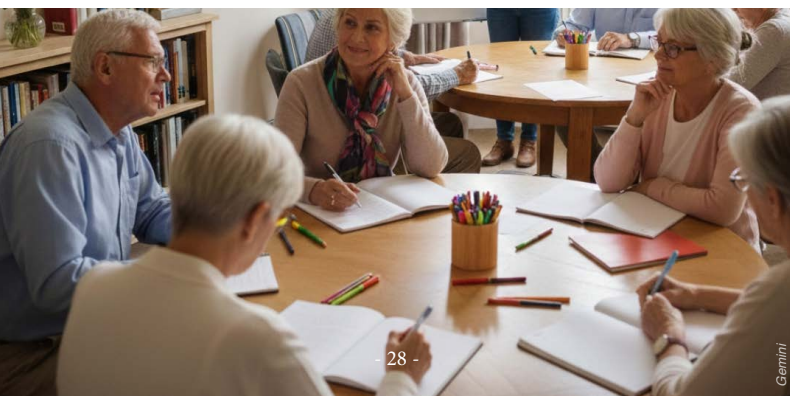
LLOC: Sala de formació (Biblioteca)
HORARI: Els dimecres, de 16.30 a 18 h
DATA D'INICI: 11 de març
FINALITZA: 17 de juny
A CÀRREC DE: Rafael Aranda

Els tallers d'escriptura creativa seran cada dues setmanes.

CLUB D'ESCRITURA

Per donar continuïtat al Taller d'Espectura Creativa, a través d'aquesta sèrie de trobades mensuals es treballaran les tècniques d'escriptura, s'oferiran lectures i recursos d'aprenentatge, i es proposaran exercicis per polir la vostra habilitat d'escriptura. Per aquest motiu es recomana haver cursat prèviament el Taller d'Espectura Creativa o bé tenir uns mínims coneixements de diferents tècniques d'escriptura.

LLOC: Sala de formació (Biblioteca)
SESSIONS: Els dijous 26 de febrer, 12 de març, 16 d'abril, 14 de maig i 11 de juny del 2026
HORARI: De 17 a 18.30 h
A CÀRREC DE: Rafael Aranda





TALLER DE PINTURA A L'OLI

Curs de perfeccionament de les tècniques i estils principals de pintura a l'oli: textures, pols de marbre, gruixos, tècniques figuratives, mixtes.

Seguiment i suport artístic de propostes i interessos personals.

LLOC:	Equipament de Proximitat Els Vienesos
HORARI:	Els dimecres, d'11 a 12.30 h
DATA D'INICI:	4 de març
FINALITZA:	17 de juny
A CÀRREC DE:	Olga Artigas

Les sessions del taller tindran lloc cada dues setmanes i es facilitarà el material necessari a les persones participants.

NOVES TECNOLOGIES

TALLER FORMATIU SOBRE L'ÚS DEL MÒBIL I LES APPS MÉS EMPRADES

Taller destinat a millorar les competències digitals i la qualitat de vida a través de l'ús del telèfon mòbil. A les sessions s'hi aborda la bretxa digital, s'ensenyava a accedir a apps (com ara LaMevaSalut.cat) i es potencia significativament l'autonomia personal.

LLOC:	Aula 2 (Edifici Centre)
HORARI:	Els dimarts, de 12 a 13 h
DATA D'INICI:	17 de febrer
FINALITZA:	28 d'abril
A CÀRREC DE:	Carme Florensa i Bernat Ancochea

Atesa la naturalesa d'aquesta activitat, el nombre màxim de dies d'absència no justificada permesos és dos.



NOCES D'OR

Si celebren les Noces d'Or aquest 2026, podeu participar en un homenatge a les parelles que aquest any celebren els cinquanta anys de convivència. La sala de plens de l'Ajuntament es converteix en un escenari ideal per a aquesta celebració.

*Contacteu amb la Regidoria de Gent Gran
(gent.gran@elmasnou.cat) per sol·licitar més informació.*

CELEBRACIÓ DELS CENT ANYS

Teniu un familiar resident al municipi que durant el 2026 celebra el centenari? Si ho desitgeu, des de l'Ajuntament li farem un homenatge.

*Contacteu amb la Regidoria de Gent Gran
(gent.gran@elmasnou.cat) per sol·licitar més informació.*

RECORDEU

Adreceu-vos als casals que tenim al municipi i descobriu-hi totes les activitats que s'hi fan.

Casal dels Avis d'Ocata

Jaume I, 119

Tel. 93 540 37 40

casaldelsavisocata@gmail.com

Casal de la Gent Gran de Can Malet

Passatge de Maria Rossell, 11

Tel. 93 555 47 26

can.malet@gmail.com

Casal d'Avis Can Mandri

Can Mandri, 12

Tel. 93 555 63 00

canmandrimasnou@gmail.com

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Regidoria de Gent Gran

Plaça de la Igualtat, 1

Tel. 93 557 18 25

gent.gran@elmasnou.cat

Amb el suport dels casals de gent gran del Masnou.