

Proyecto Otoño

Por un envejecimiento activo, saludable y feliz

SEPTIEMBRE 2026 - JUNIO 2027

Se abre una nueva etapa para *aprender, crear, cuidarte y compartir*

Matrículas
14 al 16
SEPTIEMBRE
10 AM - 1:00 PM

Inicio de TALLERES
21
SEPTIEMBRE

Talleres y cursos para adultos mayores

Mente y bienestar
Espacios de Entrenamiento cognitivo
Cursos de Autocuidado, Psicología Positiva: "Alentando la esperanza"

Arte y creatividad
Talleres de Teatro, Canto, Escritura Creativa, Manualidades, Muñequería y Tejido a Crochet

Aprendizaje y autonomía
Talleres de Comunicación en Lengua Inglesa (Elemental y básico), Uso de la Computación (Informática básica) y Uso de la Telefonía móvil

Movimiento y cuidado corporal
Pilates Automasaje
Meditación, Relajación y Taichi

Inscripciones  +53 58125788

ÚNETE A NUESTRA COMUNIDAD 



CENTRO LOYOLA





Centro Loyola Reina

El **Proyecto Otoño** del Centro Loyola Reina vuelve a abrir sus puertas a nuevas experiencias.

El proyecto invita a personas mayores a formar parte de su nuevo ciclo de talleres y cursos que se extenderá desde septiembre de 2026 hasta junio de 2027.

La iniciativa parte del precepto de que, en cada etapa de la vida, siempre hay algo nuevo que aprender, algo que crear, algo que compartir y nuevas formas de cuidarnos.

 **Matrículas:** lunes 14 al miércoles 16 de septiembre

 **Inicio de los talleres:** lunes 21 de septiembre

 **Centro Loyola Reina**
(Calle Estrella e/ Belascoaín y Gervasio, Centro Habana)

 **Inscripciones:**
+53 5 8125788

Se trata de un espacio para vivir una Cultura del Buen Envejecer, fortaleciendo el bienestar:

- Cognitivo, manteniendo activa la mente.
- Emocional, cultivando el autocuidado y la esperanza.
- Físico, favoreciendo el movimiento y la vitalidad.
- Social, creando vínculos, compartiendo y disfrutando en comunidad.

Proyecto Otoño — por un envejecimiento activo, saludable y feliz

**#ProyectoOtoño #CentroLoyolaReina #BuenEnvejecer #EnvejecimientoActivo #PersonasMayores
CentroLoyola Cuba**