

INVECCHIAMENTO ATTIVO

Incontri di PALESTRA DI VITA territoriale

DOVE ?

PALADINA, Comune di Paladina, (piano terra)
PIAZZA VITTORIO VENETO N.1

QUANDO ?

VENERDI 9.30-10.30

5 INCONTRI NELLE SEGUENTI DATE : (PRIMO INCONTRO GRATUITO)
24 NOVEMBRE, 1-22 DICEMBRE, 12-19 GENNAIO

A CHI È RIVOLTO ?
INTERESSATI OVER 60

IN COLLABORAZIONE CON



LA BOTTEGA
DEL
POSSIBILE

ASSOCIAZIONE
DI PROMOZIONE
SOCIALE



COME SI SVOLGE

Nel corso vengono proposti **MOMENTI DI EDUCAZIONE ALLA SALUTE** per conoscere come prevenire decadimenti cognitivi e demenze.

Svolgeremo semplici giochi per aiutare **CONCENTRAZIONE E MEMORIA.**

MOMENTI brevi di GINNASTICA DOLCE per i dolori articolari.

CONDUTTORI

Conduttore formato in Psicologia dell'invecchiamento e iscritto all'albo del metodo Palestra di Vita

ISCRIZIONE E COSTI

Iscrizione obbligatoria tramite email o telefono:

carminati.nadia@gmail.com
3408440632

Iscrizione di 4 incontri: 20€