

# INVECCHIAMENTO ATTIVO

Incontri di PALESTRA DI VITA territoriale

## DOVE ?

BIBLIOTECA DI PONTE SAN PIETRO  
Via Piazzini, 37 (Pinacoteca Vanni Rossi)

## QUANDO ?

VENERDI 14.30 - 15.30

DAL 12 APRILE ,19 APRILE,26 APRILE E 3 MAGGIO

## A CHI È RIVOLTO ?

INTERESSATI OVER 60

IN COLLABORAZIONE CON



CON IL PATROCINIO DELLA CITTÀ DI PONTE SAN  
PIETRO



## 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.**

Brevi momenti di **GINNASTICA DOLCE** per i dolori articolari.

## CONDUTTORI

Conduttori laureati, formati in Psicologia dell'invecchiamento e iscritti all'albo del metodo Palestra di Vita

## ISCRIZIONE E COSTI

Iscrizione obbligatoria tramite email o telefono:

[carminati.nadia@gmail.com](mailto:carminati.nadia@gmail.com)  
3408440632

Iscrizione di 4 incontri: 20€