

# INVECCHIAMENTO ATTIVO

Incontri di presentazione  
Del corso PALESTRA DI VITA territoriale

**DOVE?**

**CISANO BERGAMASCO**

**QUANDO ?**

**VENERDI 24 MAGGIO 14.30 - 15.30**

**PRESSO: Caffè sociale «Gulliver»**

**Via Manzoni n.5**

**LUNEDI 16 SETTEMBRE 17.00 -18.00**

**PRESSO: Biblioteca comunale**

**Via San Domenico Savio n.3**

**A CHI È RIVOLTO ?**

**INTERESSATI OVER 60**

IN COLLABORAZIONE CON



**LA BOTTEGA  
DEL  
POSSIBILE**  
ASSOCIAZIONE  
DI PROMOZIONE  
SOCIALE



CON IL PATROCINIO DELLA CITTÀ DI CISANO  
BERGAMASCO



## 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

## ISCRIZIONI

Iscrizione obbligatoria tramite email o telefono:

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