

Obbligatoria la prenotazione al Cell 3393032026 (anche whatsapp)



**Ginnastica abbinata a tecniche per rilassare
mente e corpo**

Mercoledì ore 17.00-18.00



Camminata e attività fisica nel parco

Lunedì-Giovedì ore 8.45-9.45



**Teatro vedere e/o provare a preparare un
spettacolo**

**Giovedì
ore 15.00-17.30**



**Creazione di giochi e loro utilizzo per allenare
il cervello**

Venerdì ore 10.00-11.00



**Incontri con medici e psicologi
su prevenzione e benessere
(in collaborazione con Aspic odv)**

**a Martedì alterni
ore 9.30-12.00**