

PALESTRA DI VITA

INVECCHIAMENTO IN SALUTE

DOVE ?

**BIBLIOTECA DI PONTE SAN
PIETRO**

Via Piave, 22

QUANDO ?

LUNEDÌ 10.45-11.45

A CHI È RIVOLTO ?
INTERESSATI OVER 60

IN COLLABORAZIONE CON



CON IL PATROCINIO DELLA CITTÀ DI PONTE SAN
PIETRO



COME SI SVOLGE

CI SARANNO

**GIOCHI PER AIUTARE
LA NOSTRA
CONCENTRAZIONE E
MEMORIA.**

INCONTRI DI
SENSIBILIZZAZIONE
ALL'INVECCHIAMENTO
COGNITIVO per
conoscere come
MANTENERE UN
INVECCHIAMENTO
IN SALUTE.

**BREVI ESERCIZI di
GINNASTICA DOLCE.**

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:
[palestradivitabergamo@
gmail.com](mailto:palestradivitabergamo@gmail.com)

3408440632

COSTI

4 incontri: 30€