

Anziani, imprenditori della qualità della vita

Insieme si può fare

13 aprile 2013 - ore 14,30 - 17,30

Centro Sociale Antonio Montanari
Via Saliceto, 3/21 - Bologna



La cittadinanza è invitata a partecipare ad un'iniziativa pubblica - organizzata da Associazioni, AUSL di Bologna, Istituzione Gian Franco Minguzzi della Provincia di Bologna - per promuovere corretti stili di vita, in un'ottica di prevenzione e promozione della salute. Un pomeriggio di laboratori in cui si potranno ricevere informazioni e/o sperimentare direttamente e gratuitamente alcune attività volte a favorire il benessere della popolazione anziana.

LABORATORIO "METTIAMOCI IN MOTO"

Ginnastica Dolce Memory Training, Ginnastica Posturale, Danze in Cerchio

Esercizi in casa, In cammino per la salute, Movimento di integrazione corpo-mente, A passo di musica

Contatto con gli alberi, Camminare bendati, Osservazione emotiva

(si raccomandano abbigliamento e scarpe comodi)

LABORATORIO (FR)AGILITA'

Le "diverse" immagini.

Il gioco/laboratorio delle parole (FR)Agili

Poesie ad alta voce

Video: esperienze innovative

LABORATORIO "BEAUTIFUL MINDS."

Teste calde al centro sociale"

L'Origami: penso, quindi costruisco

H@i visto un bel mondo: l'innovazione tecnologica

Parole chiave: condividiamone i significati

LABORATORIO "IMMAGINA, PUOI..."

Conversazione su "Un papa alla Bolognina..."

"I tram durante e dopo i cavalli" - Immagini e storie

Visita guidata al Museo di Ustica

LABORATORIO ALIMENTAZIONE

Erbe aromatiche: in mostra le principali

Merende della tradizione

Alimenti gustosi e salutarissimi

...e dalle ore 16,30 le crescentine del Centro Montanari