

# 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 salutari

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