CTSS M Bo

Conferenza territoriale sociale e sanitaria metropolitana di Bologna

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

Lepida CUI 2000

e-care

# AGILMENTE

## Corpo Mente Comunità
## corsi
## di benessere fisico, mentale e sociale

## QUANDO

ogni venerdì mattina

**dal 13 settembre al 13 dicembre 2019**

**1° corso dalle ore 9.00 alle 10.15**

**2° corso dalle ore 10.30 alle 11.45**

## DOVE

**CIRCOLO ARCI BENASSI – Sala 10**

**Viale Sergio Cavina 4 Bologna**

Attività psicomotorie per la promozione
il mantenimento e lo sviluppo del
benessere fisico mentale e sociale

**con il dott. CLAUDIO CORSI**

psicologo e chinesiologo

- facili esercizi a corpo libero per il rilassamento e tonificazione muscolare, equilibrio e coordinazione
- posture e movimenti corretti per sollevare pesi e per prevenire le cadute
- consulenze di gruppo nel campo delle attività psicomotorie e delle tecniche psicocorporee

**CORSI PER PERSONE ANZIANE**

## Calendario 2019

venerdì 13 – 20 – 27 settembre
venerdì 11 – 18 – 25 ottobre
venerdì 8 – 15 – 22 – 29 novembre
venerdì 6 – 13 dicembre

## Posti disponibili

Max 12 persone per corso

## Informazioni e prenotazioni

**SPI CGIL Savena-S.Ruffillo**
Via Faenza 2 Bologna
Tel. 051.455496
da lunedì a venerdì
da ore 8,30 a ore 12,00

## AgilMente

**è un progetto di**

CGIL SPI SINDACATO PENSIONATI ITALIANI BOLOGNA

Lega SPI Savena-S.Ruffillo

arci Benassi

Rete Benessere auser Insieme

auser Bologna

COMUNE DI BOLOGNA
Quartiere Savena

Con la collaborazione del servizio e-Care
Concorso di Idee 2019