

IL PROGRAMMA DEI NOSTRI PERCORSI

Gennaio – Marzo 2017



SPAZIO65+

Tutte le attività si svolgono il **GIOVEDÌ** allo **SPAZIO 65+** in via Domenico Morelli, 17 Verona (zona Stadio) presso la sede della Cooperativa Sociale Aribandus.

GINNASTICAMENTE

Attività guidate per mantenere la **mente attiva** e rafforzare le **abilità cognitive** (memoria, attenzione, linguaggio).

- **1° ciclo** : 19 - 26 GENNAIO, 02 - 09 FEBBRAIO 2017 DALLE ORE 9.30 ALLE 11.30
- **2° ciclo** : 09 - 16 - 23 - 30 MARZO 2017 DALLE ORE 9.30 ALLE 11.30

INTERNET FACILE

Per coloro che desiderano sentirsi più sicuri ed esperti nella **navigazione Internet** e nell'utilizzare la **posta elettronica** tramite l'uso di **tablet** messi a disposizione dei partecipanti.

- **1° ciclo** : 19 - 26 GENNAIO, 02 FEBBRAIO 2017 DALLE ORE 15.30 ALLE 17.30
- **2° ciclo** : 16 - 23 FEBBRAIO, 02 MARZO 2017 DALLE ORE 15.30 ALLE 17.30
- **3° ciclo** : 16 - 23, 30 MARZO 2017 DALLE ORE 15.30 ALLE 17.30

RISVEGLIO ENERGETICO

Un percorso per imparare un'antica tecnica orientale di **automassaggio** per risvegliare il proprio **corpo** e far fluire l'**energia**.

- **1° ciclo** : 16 - 23 FEBBRAIO, 02 MARZO 2017 DALLE ORE 9.30 ALLE 11.30

Tutte le attività sono a **numero chiuso**.

E' richiesta l'**iscrizione** anticipata ad ogni percorso a cui si intende partecipare.

Per partecipare è necessario sottoscrivere la **Carta Servizi 65+** la cui quota è di € 20,00. La sottoscrizione si effettua presso lo **Sportello Spazio 65+** il giovedì ore 09:00-12:00 / 15:30-18:30.

PER INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI:

- contattare la segreteria Aribandus al numero 045.564362 / 338.3664111
- scrivere a info@spazio65plus.it
- consultare il sito www.spazio65plus.it alla sezione News



SPAZIO 65+

presso Aribandus Cooperativa Sociale Onlus
Via Domenico Morelli 17 - 37138 Verona (zona Stadio)
il giovedì ore 09.00 - 12.00 | 15.30 - 18.30
www.spazio65plus.it | info@spazio65plus.it | 3383664111 | 045564362

