



Arte e Yoga

LABORATORIO DI ARTETERAPIA E YOGA **GRATUITO**
RIVOLTO A **PERSONE OVER 65**

Sei incontri condotti da **Viviana Visconti, arteterapeuta,**
e **Barbara Rossi, insegnante di yoga.**
Si affiancheranno pratiche di movimento
e respirazione consapevole,
a semplici attività creative ed espressive guidate.
Il laboratorio è finalizzato al benessere di chi vi partecipa.
Seguirà un momento finale di condivisione di gruppo.



17 luglio dalle 9:30 alle 11:00

**GIORNATA
DI PROVA**

11 e 25 settembre dalle 9:30 alle 11:00

9 e 23 ottobre dalle 9:30 alle 11:00

6 e 20 novembre dalle 9:30 alle 11:00



Non sono necessarie competenze specifiche. Si consiglia abbigliamento comodo.

Presso il **Centro Diurno Anziani Associazione di Volontariato**
con sede a **Orzinuovi (BS) Via Martinelli n. 5**

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 335 7757392

Partner di Progetto:

Progetto sostenuto da: