

Pranzo di ... Ferragosto per ... everGREEN



Iniziativa per persone dai 65 anni in poi

organizzata da

laes
l'arte è salute

Sperimentazione 2016

Una DOMENICA al MESE

- ❖ 31 gennaio
- ❖ 21 febbraio
- ❖ 13 marzo
- ❖ 3 aprile
- ❖ 15 maggio

Perché partecipare

Dare vigore all'everGREEN che è in NOI
per un BENESSERE ARMONICO
che coinvolga CORPO MENTE SPIRITO

Il programma di una domenica in allegria!!!

Articolazione del «Pranzo di ... Ferragosto» [dalle 10.00 alle 18.00]

- ❖ 10.00 – 10.30 Accoglienza
- ❖ 10.30 – 11.00 Presentazione e «caffè/tisana in compagnia»
- ❖ 11.00 – 12.00 Primo appuntamento con l'ARTE è SALUTE
- ❖ 12.00 – 12.45 attivazione sensoriale (postura, ginnastica ultra-dolce)
- ❖ 13.00 – 14.30 «pranzo in compagnia»
- ❖ 15.00 – 17.00 secondo appuntamento con l'ARTE è SALUTE
- ❖ 17.00 – 18.00 «spuntino a suon di MUSICA» e Arrivederci alla Prossima ☺

Pranzo di ...ferragosto: PERCHE'?

Una bella OCCASIONE per

- TRASCORRERE una giornata in compagnia di persone che aiutano a prendersi cura di sé e del proprio benessere
- VIVERE esperienze artistiche attraverso la musica, il colore, il movimento
- SUPERARE quelli che appaiono come limiti del corpo
- RISCOPRIRE la capacità di stare bene con se stessi e in gruppo
- RIVIVERE il gioco, SENTIRSI PROTAGONISTI di NUOVE EMOZIONI!!!

Info e logistica

- Gli incontri si svolgono presso la SEDE LAES in Via Valerio Laspro c/o SCUOLA RODARI (SALERNO) - Cell 327 7013176
- E' previsto un **contributo** alle spese organizzative di 30 euro per ciascuna giornata da versare all'atto della prenotazione
- Per iscriversi alla prima sessione è necessario compilare la scheda di iscrizione entro il 28 gennaio 2016 e consegnarla in segreteria LAES oppure anticiparne copia in formato elettronico a info@laes.it

Lo STAFF

Interventi di ARTE è SALUTE:

- ◆ Silvana Noschese
- ◆ Eligia Levita
- ◆ Tiziana Caputo
- ◆ Maria Rosa Veglia
- ◆ Simona Totaro

Interventi di GINNASTICA POSTURALE:

- ◆ Luisa D'Andria

Tutor

- ◆ Laura Cuomo
- ◆ Letizia D'Angelo

Ideazione e Gestione progetto: Stefania Vassallo

SPONSOR

