

Attiva-Mente

corsi per favorire:



Movimento e concentrazione



Yoga e Tai Chi

verso l'equilibrio tra mente, corpo ed energia

Movimento Armonico

percorso in-movimento ludico-creativo, con musica

Pilates

movimento e concentrazione per aumentare il benessere globale della persona

Shiatsu

tecniche di rilassamento per migliorare equilibrio "fisico ed energetico"

Ballo liscio e Balli di Gruppo

divertimento e armonia tra corpo e mente

Creativita'



Taglio, cucito e modellato

per sviluppare la creatività attraverso la propria manualità

Crea Il tuo Bijou *Corso pratico di Base*

per sviluppare la creatività attraverso la propria manualità

Apprendimento mnemonico



Training di stimolazione cognitiva e motoria

percorso educazione per pazienti con ictus

Gruppi di auto mutuo aiuto

specifico per pazienti con Fibromialgia

Allenamento della memoria

potenziare la memoria attraverso l'insegnamento di strategie ed esercitazioni pratiche

Formazione



Difesa personale

dedicato alle donne per apprendere tecniche di difesa personale e antiaggressione

Tutti i corsi si terranno presso i locali del Centro Residenziale

Via Giovanni Pallastrelli - PIACENZA

accesso dal parcheggio retrostante COOP di via Martiri della Resistenza

Per maggiori informazioni:

cell. 328.2335502

info@svep.piacenza.it

I corsi sono promossi dalle Associazioni di Volontariato aderenti al Coordinamento in Area Salute della provincia di Piacenza promosso da:

