



in collaborazione con le Cooperative  
Isola Verde, Solidarietà, Piccola Parigi  
e le Associazioni Rimettiamo Radici, Auser e VDS

organizzano l'attività

## "LABORATORI OVER 65"

Possono partecipare tutti i cittadini residenti nei 7 Comuni del Plus che  
abbiano più di 65 anni



### **LABORATORIO CREATIVO**

FOTOGRAFIA

Introduzione agli elementi principali che costituiscono una fotografia con  
l'accompagnamento di escursioni sul territorio urbano ed extraurbano



### **LABORATORIO RICREATIVO**

YOGA, DANZA, GINNASTICA DOLCE  
E TANTO ALTRO...

Momenti di svago e spensieratezza in cui superare timidezze, favorendo la  
relazione con il sè e con il gruppo per un' integrazione psicofisica e il  
miglioramento della qualità della vita



### **LABORATORIO NATURA**

ERBE OFFICINALI

Conoscenza delle erbe e piante officinali per preparati utili al benessere  
della persona; preparazione di oleoliti e unguenti

