



Comune di Bussolengo

Comune di Bussolengo  
Assessorato alle Politiche Sociali



**NOI GIOVANI DI IERI:  
QUANTE POSSIBILITA' ABBIAMO PER TROVARCI,  
DIVERTIRCI, MANTENERCI IN FORMA E "SOLLETICARE" LA  
NOSTRA MENTE**

Gli Assessorati alle Politiche Sociali, allo Sport e Cultura  
si sono attivati per le seguenti iniziative:

- VENERDI' 13 ottobre 2023 inizio **corso Ginnastica dolce** over 65 per residenti dalle 10.30 alle 11.30 presso la Palestra Fisicamente
- **DANZA DI GRUPPO** con l'Accademia di Margarita  
Inizio sabato 21 ottobre 2023 ore 10 presso la Palestra Citella rivolto agli over 65 residenti

**GITA A TREVISO** 21 novembre 2023

**I MARTEDI' DEL BENESSERE:** Conferenze mensili a tema presso la Sala Consiliare in Piazza XXVI Aprile

**Martedì 14 novembre 2023 ore 15.30**

"Attività fisica, benessere e salute"

**Martedì 5 dicembre 2023 ore 15.30**

"Il corpo racconta: ad ogni età la sua storia"

**Martedì 16 gennaio 2024 ore 15.30**

"IL sonno: addormentarsi con armonia"

**Martedì 6 febbraio 2024 ore 15.30**

"Rimedi naturali e non per le nostre giornate"

**Martedì 5 marzo 2024 ore 15.30**

"Mente e ricordi: riconoscere i segnali"

da **Gennaio 2024** "Leggiamo insieme"

da Aprile 2024 a Giugno 2024

**PASSEGGIATE CULTURALI** per Bussolengo: Chiese e monumenti  
e per concludere: Verona Santa Maria in Organo

Per informazioni: Uffici Servizi Sociali 045 6769906-992



Comune di Bussolengo

Comune di Bussolengo  
Assessorato alle Politiche Sociali



**NOI GIOVANI DI IERI:  
QUANTE POSSIBILITA' ABBIAMO PER TROVARCI,  
DIVERTIRCI, MANTENERCI IN FORMA E "SOLLETICARE" LA  
NOSTRA MENTE**

Gli Assessorati alle Politiche Sociali, allo Sport e Cultura  
si sono attivati per le seguenti iniziative:

*I MARTEDI' DEL BENESSERE:*

**MARTEDI' 14 NOVEMBRE 2023**

**ORE 15.30**

PRESSO SALA CONSILIARE

PIAZZA XXVI APRILE

**"ATTIVITA' FISICA, BENESSERE E SALUTE"**

a cura di Dott. Massimo Lanza

Docente Universitario di Scienze Motorie - Facoltà di Verona

Attività motoria e cervello negli anziani  
Attività motoria e prevenzione delle malattie  
Quali attività praticare?



Per informazioni: Uffici Servizi Sociali 045 6769906-992