



INVECCHIAMENTO ATTIVO

AUTONOMIA
E BENESSERE

EVENTO GRATUITO



Casalmoro
27 OTTOBRE
20.15

Centro Sociale
"Luigi Magri"

**Perché è così importante
invecchiare bene?**

**Cosa posso fare per prendermi cura
di me?**

**Come mantenere la mente allenata
con l'età?**

**Qual è il ruolo delle relazioni sociali
nell'invecchiamento attivo?**

**UN ARGOMENTO IMPORTANTISSIMO
DI CUI C'E' TANTO BISOGNO DI
PARLARE**

Info: 388 9015443

Non perdere l'occasione di imparare strategie semplici e utili per vivere
una vita attiva, sana e piena di energia!



www.solcomantova.it/invecchiamento-attivo

Programma realizzato nell'ambito delle
Politiche per l'Invecchiamento Attivo
Promosse e finanziate da Regione Lombardia
con la collaborazione di ATS Val Padana