



# Arte e Yoga

LABORATORIO DI ARTETERAPIA E YOGA **GRATUITO**  
RIVOLTO A **PERSONE OVER 65**

Sei incontri condotti da **Viviana Visconti, arteterapeuta,**  
e **Barbara Rossi, insegnante di yoga.**  
Si affiancheranno pratiche di movimento  
e respirazione consapevole,  
a semplici attività creative ed espressive guidate.  
Il laboratorio è finalizzato al benessere di chi vi partecipa.  
Seguirà un momento finale di condivisione di gruppo.



17 luglio dalle 9:30 alle 11:00

**GIORNATA  
DI PROVA**

11 e 25 settembre dalle 9:30 alle 11:00

9 e 23 ottobre dalle 9:30 alle 11:00

6 e 20 novembre dalle 9:30 alle 11:00

Non sono necessarie competenze specifiche. Si consiglia abbigliamento comodo.



Presso il **Centro Diurno Anziani Associazione di Volontariato**  
con sede a **Orzinuovi (BS) Via Martinelli n. 5**

**INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: 335 7757392**

Partner di Progetto:

Progetto sostenuto da: