COMUNE DI BERNAREGGIO

CODESS SOCIALE
SOCIETÀ COOPERATIVA SOCIALE

Nell'ambito dell'iniziativa comunale *A Scuola di Benessere*
grazie alla collaborazione di Gruppo Anziani Bernareggio

Mi muovo e sto meglio!

PERCORSO DI BEN-ESSERE

Palazzo Solera Mantegazza, Bernareggio (MB)

Se la cura è una danza

L'esperienza artistica offre una nuova modalità di osservazione di se stessi in azione, e di se stessi negli altri, attraverso cui risulta possibile giungere ad una rinnovata coscienza di sé.
Si propongono diverse stimolazioni (sonore, tattili, visive, sensoriali, immaginazione attiva) attivando diverse possibilità di movimento, dove l'azione danzata sia un lasciare che il corpo scopra quello che vuole con libertà. Durante gli incontri è possibile che l'esperienza corporea venga rielaborata in forma pittorica o scultorea (uso di colori, creta, plastilina) per fornire ai partecipanti un ulteriore strumento di rispecchiamento.

PARTECIPAZIONE GRATUITA

Non è richiesta nessuna preparazione fisica specifica, tutti possono partecipare

Giorno	Orario	Giorno	Orario
09/11/2022	dalle 14.30 alle 15.30	05/04/2023	dalle 14.30 alle 15.30
30/11/2022	dalle 14.30 alle 15.30	19/04/2023	dalle 14.30 alle 15.30
11/01/2023	dalle 14.30 alle 15.30	03/05/2023	dalle 14.30 alle 15.30
08/02/2023	dalle 14.30 alle 15.30	17/05/2023	dalle 14.30 alle 15.30
22/02/2023	dalle 14.30 alle 15.30	31/05/2023	dalle 14.30 alle 15.30
08/03/2023	dalle 14.30 alle 15.30	14/06/2023	dalle 14.30 alle 15.30
22/03/2023	dalle 14.30 alle 15.30	28/06/2023	dalle 14.30 alle 15.30

PER MAGGIORI INFO E PRE-ISCRIZIONI:

www.comune.bernareggio.mb.it
coordinamentoveronelli@codess.org

Scannerizza il Qr Code
e vai direttamente
al sito