



Ph. Antonio Marchione

Lo studio SI.VA. Insieme con il patrocinio del comune di Zelo Buon Persico organizza:

SI. VA. INSIEME VERSO IL BENESSERE A ZELO!

Una serie di incontri finalizzati al raggiungimento del benessere psico-fisico.

2

maggio

Serata gratuita di presentazione del progetto con un piccolo refresco

Ore
20,30

16

maggio

"Preventiva-Mente"
Screening cognitivo gratuito per persone dai 50 anni in su.

Ore
17,00

19

maggio

"La fame vien sentendo"
Gruppi di Psico-Nutrizione e Mindful Eating per imparare a mangiare consapevolmente - 5 incontri settimanali.

Ore
20,30

26

giugno

"Perché io valgo"
Gruppi di crescita personale (ADULTI) per acquisire forza, migliorare l'autostima e imparare a gestire le relazioni - 4 incontri settimanali.

Ore
20,30

22

settembre

"Io ci sono"
Gruppi di crescita personale (ADOLESCENTI) per acquisire la forza, migliorare l'autostima e imparare a gestire le relazioni - 4 incontri settimanali.

Ore
17,30

22

ottobre

"La palestra della terza età"
Gruppi di potenziamento cognitivo - 4 incontri settimanali.

Ore
16,30

da maggio a dicembre 2022

"Percorsi di supporto psicologico"
Colloqui psicologici a prezzi agevolati.

PER INFORMAZIONI E COSTI
CONTATTARE